

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC

MÉMOIRE  
PRÉSENTÉ À  
L'UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À TROIS-RIVIÈRES  
COMME EXIGENCE PARTIELLE  
DE LA MAÎTRISE EN LOISIR, CULTURE ET TOURISME

PAR  
MARIE-CLAUDE LAPOINTE

L'ÉDUCATION AU LOISIR : UN TEST DES MODÈLES DIRECT ET INDIRECT  
DE PRÉDICTION DES INTÉRÊTS DE LOISIR

MARS 2003

Université du Québec à Trois-Rivières

Service de la bibliothèque

Avertissement

L'auteur de ce mémoire ou de cette thèse a autorisé l'Université du Québec à Trois-Rivières à diffuser, à des fins non lucratives, une copie de son mémoire ou de sa thèse.

Cette diffusion n'entraîne pas une renonciation de la part de l'auteur à ses droits de propriété intellectuelle, incluant le droit d'auteur, sur ce mémoire ou cette thèse. Notamment, la reproduction ou la publication de la totalité ou d'une partie importante de ce mémoire ou de cette thèse requiert son autorisation.

## Sommaire

Depuis le début du XIX<sup>e</sup> siècle, on constate une baisse du temps de travail ainsi qu'une augmentation du temps libre en Occident (Pronovost, 1997). Selon Mothé (1997), l'un des écueils les plus graves auxquels sont confrontées nos sociétés en matière de partage du temps est la croissance d'un temps libre qui soit vide de sens et d'activités. En effet, le problème ne réside pas nécessairement dans la répartition du temps, mais plutôt dans la perception des gens que le temps libre est vide. L'éducation au loisir semble être un bon moyen de pallier à cette situation. Plusieurs auteurs (Ruskin, 1984; Edginton et al., 1998; Ouellet, 2000) mentionnent l'importance de prendre en considération l'influence des valeurs, des contraintes en loisir, de la motivation et des intérêts de loisir dans le processus d'éducation au loisir. Deux modèles semblent pouvoir illustrer les liens entre ces variables : les modèles direct et indirect. Dans le modèle direct, les valeurs, la motivation autodéterminée et les contraintes en loisir prédisent directement les intérêts de loisir tandis que dans le modèle indirect, les valeurs et les contraintes en loisir prédisent la motivation autodéterminée, qui, en retour, prédit les intérêts de loisir. Afin de tester ces deux modèles, 202 étudiants universitaires ont complété un questionnaire mesurant l'ensemble des variables à l'étude. À titre descriptif, les résultats des analyses confirment la structure des valeurs postulée par Schwartz et Bilsky (1987, 1990). Aussi, des analyses corrélationnelles confirment l'existence de différents types de contraintes postulées par le modèle hiérarchique des contraintes en loisir de Crawford et al. (1991). Les analyses confirment également une structure des contraintes « internes » et « externes » à l'individu (Jackson, 1988). Des analyses factorielles avec une rotation varimax révèlent aussi la présence de deux facteurs de la motivation en loisir: la motivation autodéterminée (c.-à-d., par plaisir et par choix) et la motivation non-autodéterminée (c.-à-d., la régulation externe et l'introjection). Finalement, des analyses de régression ont été effectuées pour tester les modèles direct et indirect de prédiction des intérêts de loisir. Compte tenu de résultats, il semble que le modèle indirect soit plus adéquat que le modèle direct pour prédire les intérêts de loisir. Les valeurs et les

contraintes intrapersonnelles (associées au besoin de compétence) semblent prédire la motivation autodéterminée pour des activités de loisir spécifiques qui elle, en retour prédit les intérêts de loisir. L'interprétation des résultats a été effectuée à l'aide du modèle des valeurs de Schwartz (1994), du modèle hiérarchique de contraintes en loisir de Crawford et al. (1991), ainsi que du modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque de Vallerand (1997). Des pistes de recherches concernent le lien entre les intérêts de loisir et les intérêts de carrière (Holland, 1997), la possibilité d'une hiérarchisation des besoins fondamentaux nommés par Deci et Ryan (1985, 1991) et l'importance pour les éducateurs en loisir de favoriser, chez leurs clients, le développement du sentiment de compétence sont présentés en guise de discussion.

## Table des matières

Liste des tableaux.....	iii
Liste des figures.....	iv
Remerciements.....	v
Introduction générale.....	1
1. L'éducation au loisir: définitions et cadre de référence.....	4
1.1. Définitions de l'éducation au loisir.....	4
1.2. Buts et objectifs de l'éducation au loisir.....	5
1.3. À qui s'adresse l'éducation au loisir ?.....	8
1.4. Pertinence de l'éducation au loisir.....	9
1.5. Exemple d'intervention en éducation au loisir.....	10
2. Deux modèles permettant d'expliquer les intérêts de loisir.....	14
2.1. La motivation.....	16
2.1.1. La théorie de l'autodétermination de Deci et Ryan (1985, 1991).....	17
2.1.2. Le modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque de Vallerand (1997).....	22
2.2. Les valeurs.....	26
2.3. Les contraintes en loisir.....	35
2.3.1. Le modèle hiérarchique des contraintes en loisir de Crawford, Jackson et Godbey (1991).....	36
2.4. Les intérêts de loisir.....	43
2.4.1. Modification des intérêts d'un individu dans le temps.....	44
2.4.2. Types d'intérêts de loisir.....	45
2.4.3. Inventaires d'intérêts de loisir.....	45
2.5. Retour sur les deux modèles et hypothèses de recherche.....	50
3. Méthodologie.....	53
3.1. Participants.....	53

3.2. Procédure .....	53
3.3. Mesures .....	55
4. Résultats .....	58
4.1. Le modèle des valeurs de Schwartz .....	58
4.2. Le modèle hiérarchique des contraintes en loisir de Crawford et al. (1991) .....	59
4.3. Le continuum d'autodétermination .....	64
4.4. Les intérêts de loisir .....	73
5. Discussion et conclusion .....	92
Note de fin de document .....	104
Références .....	105
Annexe A : Questionnaire .....	117
Annexe B : Matrices de corrélations des contraintes en loisir pour les intérêts de loisir (sauf activités artistiques) .....	162
Annexe C : Matrices de corrélations de la motivation pour les intérêts de loisir (sauf activités artistiques) .....	172
Annexe D : Analyses factorielles de la motivation pour les intérêts de loisir (sauf activités artistiques) .....	190

### Liste des tableaux

Tableau 1 :	Définitions des types motivationnels de valeurs selon leurs buts ainsi que les valeurs individuelles qui les représentent.....	27
Tableau 2 :	Catégories de contraintes relevées par différents auteurs dans la littérature ainsi que le type de contraintes auquel elles s'associent selon le modèle hiérarchique des contraintes en loisir révisé.....	40
Tableau 3 :	Recension des différentes catégories d'intérêts de loisir avec les auteurs associés.....	46
Tableau 4 :	Nouvelles catégories d'intérêts de loisir.....	50
Tableau 5 :	Moyenne, écart-type et consistance interne obtenus pour chaque valeur.....	59
Tableau 6 :	Moyennes et écart-types des contraintes en loisir pour chaque intérêt de loisir.....	61
Tableau 7 :	Matrices de corrélations des contraintes en loisir pour l'intérêt activités artistiques.....	63
Tableau 8 :	Matrices de corrélations de la motivation pour l'intérêt activités artistiques.....	65
Tableau 9 :	Distribution des facteurs de la motivation pour l'intérêt activités artistiques.....	67
Tableau 10 :	Moyennes et écarts-types des deux facteurs de motivation pour chaque intérêt de loisir.....	69
Tableau 11 :	Moyennes, écart-types et regroupement factoriel des 18 intérêts de loisir.....	74
Tableau 12 :	Test des modèles direct et indirect de prédiction des intérêts de loisir.....	76

### Liste des figures

Figure 1 :	Exemple de modèle direct en éducation au loisir.....	14
Figure 2 :	Modèle dynamique de prédiction des intérêts de loisir.....	15
Figure 3 :	Continuum de l'autodétermination (Vallerand, 1997).....	20
Figure 4 :	Modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque (Vallerand, 1997).....	23
Figure 5 :	Structure prototypique du système des valeurs de Schwartz.....	30
Figure 6 :	Modèle hiérarchique des contraintes en loisir (Crawford et al., 1991).....	36
Figure 7 :	Modèle hiérarchique des contraintes en loisir révisé.....	38
Figure 8 :	Modèle ( dynamique indirect) de prédiction des intérêts de loisir...	51



### Remerciements

Je tiens d'abord à exprimer ma gratitude à mon directeur de recherche, monsieur Stéphane Perreault, professeur au département des Sciences du Loisir et de la Communication Sociale à l'Université du Québec à Trois-Rivières. Son support, ses encouragements, son dynamisme et sa curiosité contagieuse ont largement contribué à la réalisation de ce mémoire. Notre collaboration a été enrichissante et très stimulante. Je désire remercier monsieur Robert J. Vallerand et son équipe du Laboratoire de Recherche sur le Comportement Social à l'Université du Québec à Montréal pour les rencontres constructives et stimulantes. Merci également à tous les étudiants qui ont accepté de donner de leur temps pour répondre au questionnaire. Je tiens finalement à remercier ma famille et mes amis pour leur patience, leur compréhension et leur soutien.

L'éducation au loisir : un test des modèles direct et indirect de prédiction  
des intérêts de loisir

## Introduction générale

Depuis le début du XIX<sup>e</sup> siècle, on constate une baisse du temps de travail ainsi qu'une augmentation du temps libre en Occident (Pronovost, 1997). Par exemple, aux États-Unis, les travaux de Robinson et Godbey (1997) démontrent qu'entre 1965 et 1995, on a assisté à un accroissement du temps libre, de l'ordre de près de six heures de plus par semaine pour les hommes et les femmes sur le marché du travail. Par temps libre, on réfère à une catégorie résiduelle de temps : on y inclut essentiellement les activités culturelles, les sorties, les activités sportives et celles qui sont reliées aux médias (Pronovost, 1997). Le temps consacré à des activités de loisir représente actuellement entre quatre et cinq heures par jour, selon les activités retenues et selon les pays. Les nations les plus industrialisées démontrent habituellement une moyenne plus élevée. En incluant certaines autres activités (comme des repas au restaurant, le jardinage, les cours suivis à des fins de culture personnelle, les transports reliés au loisir), on peut ajouter près d'une heure additionnelle par jour, de sorte que la moyenne réelle est plus près de six heures par jour consacrées au temps libre dans les pays occidentaux, ce qui inclut le Québec et le Canada (Pronovost, 1997). Le temps libre représente ainsi le quart du temps total d'une journée moyenne et plus de 40% du temps si on exclut le sommeil. En fait, on peut presque dire que «la semaine de temps libre» s'approche en durée de la «semaine de travail» : elle est d'une durée de près de 36 heures chez les travailleurs au Québec. Aux États-Unis, en 1995, elle était d'une durée de 33 heures pour les femmes et de 39 heures pour les hommes sur le marché du travail (Robinson et Godbey, 1997). Il semble donc que la répartition du temps de travail et celle du temps libre soient pratiquement les mêmes.

Selon Mothé (1997), l'un des écueils les plus graves auxquels sont confrontées nos sociétés en matière de partage du temps est la croissance d'un temps libre qui soit

vide, vide de sens et d'activités. En lien avec cette vision, Méda (1999) suggère que la réduction du temps de travail aura de nombreuses conséquences sociales. Tout d'abord, avec les coûts croissants des loisirs «populaires» et la diminution des revenus due à une réduction du temps de travail, on peut craindre une aggravation de la segmentation sociale. En effet, selon elle, les personnes les plus concernées par la réduction du temps de travail (celles dont le travail est compté, ce qui exclut par exemple les cadres) verront leurs revenus considérablement réduits et ne pourront donc pas profiter d'une offre de loisirs devenue de plus en plus coûteuse. Une enquête consacrée aux pratiques culturelles des Français semble d'ailleurs confirmer cette affirmation : 40% des répondants affirment manquer de temps durant leur temps libre pour faire tout ce qu'ils voudraient faire (Méda, 1999). Or, ce sentiment est corrélé au revenu, au niveau de scolarité et à la catégorie socioprofessionnelle. Plus précisément, aux niveaux les plus élevés pour ces trois variables, le sentiment de manquer de temps concerne 60% des personnes interrogées.

Méda (1999) ajoute que les pourfendeurs du temps libre insistent sur la perte de repères et de sociabilité qui peut frapper les personnes qui disposent soudainement de plus de temps : le temps libre, hors-travail, ne serait-il pas tout simplement un temps vide ? Pourquoi faudrait-il réduire la place du travail, si c'est pour y introduire le «vide» ? Si elles sont improductives, abrutissantes, appauvrissantes et asociales, pourquoi devrait-on préférer d'autres activités au travail ? Tel est le questionnement de Méda. Bien que Mothé et Méda soient critiques à l'égard de l'augmentation du temps libre, il n'en demeure pas moins que c'est une réalité à laquelle il faut s'attarder, compte tenu des résultats cités précédemment. Il faut donc remédier à la situation en s'attaquant au temps libre, plutôt que de regretter des heures de travail plus nombreuses. En effet, le problème ne réside pas nécessairement dans la répartition du temps, mais plutôt dans la perception des gens que le temps libre est vide. Ainsi, le développement d'une nouvelle méthode d'éducation au loisir s'avère pertinent afin d'occuper ce temps libre dont on ne semble savoir que faire.

La société actuelle permet à chacun de se mesurer aux autres, de gagner leur estime, de démontrer sa valeur par son travail et l'argent gagné. Il semble qu'il serait temps de pouvoir réaliser tout ceci via un autre chemin : par le biais des loisirs. Il est cependant nécessaire de connaître ses goûts en la matière. Il s'avère donc important de bien connaître ses valeurs, ses intérêts, ses contraintes ainsi que le type de motivations qui nous gouverne afin d'être en mesure de choisir des loisirs qui auront un effet bénéfique sur soi. Dans cet ordre d'idées, l'éducation au loisir semble être une solution à certains problèmes causés par la répartition du temps de travail et du temps libre.

## 1. L'éducation au loisir : définitions et cadre de référence

Comme nous le verrons dans les lignes qui suivent, plusieurs spécialistes du loisir, de la santé et de la psychologie, s'intéressent à l'éducation au loisir. De quoi s'agit-il au juste ? À qui l'éducation au loisir peut-elle profiter ? Bien qu'elle s'adresse à trois populations générales, soit les jeunes, les gens sur le marché du travail et les personnes à la retraite, l'éducation au loisir peut profiter à bon nombre de populations. Voyons d'abord ce qu'est l'éducation au loisir.

### 1.1. Définitions de l'éducation au loisir

Mundy et Odum (1979) définissent l'éducation au loisir comme un processus global à travers lequel les individus développent une compréhension de soi, du loisir, et de la relation du loisir avec leur propre style de vie et le système social dans lequel ils vivent. Cette approche préconise que les gens passent à travers un processus pour déterminer la place et la signification du loisir dans leur vie. On voit donc que pour ces auteures, une vie de loisir de qualité est celle où les loisirs pratiqués sont choisis librement, en conformité avec les perceptions de soi-même et de la société. Thibault (1984), quant à lui, soutient que l'éducation au loisir est une intervention auprès des individus et des communautés qui vise à rendre ces derniers capables d'exercer leur liberté en loisir. Pour ce faire, elle les rend conscients des facteurs psychologiques, sociaux et économiques qui influencent leurs choix de façon à ce qu'ils puissent les manipuler le plus possible en fonction de leurs propres aspirations. Finalement, la *National Therapeutic Recreation Society* (1995) définit l'éducation au loisir comme étant orientée et dirigée vers les connaissances, les attitudes, les valeurs, les comportements, les habiletés et les ressources liées à la socialisation et à l'implication en loisir. En résumé, selon ces trois définitions, l'éducation au loisir pourrait être définie

comme un processus qui vise à faire connaître le loisir, qui favorise les choix et les prises de décisions chez les individus, et qui fait prendre conscience des facteurs qui influencent ces choix et ces décisions.

## 1.2. Buts et objectifs de l'éducation au loisir

Pour Mundy et Odum (1979), le but ultime du processus d'éducation au loisir est de rendre les individus capables d'améliorer la qualité de leur vie en loisir. De plus, puisque la liberté est essentielle à l'état de loisir, l'éducation au loisir doit surtout faciliter l'autodétermination en loisir. Afin d'expliquer ce qu'est l'autodétermination en loisir, Mundy et Odum (1979) en proposent deux formes : l'autodétermination intrinsèque et l'autodétermination extrinsèque. L'autodétermination intrinsèque a pour but de développer et d'améliorer les habiletés des individus à penser, évaluer, faire leurs propres choix en loisir, prendre leurs propres décisions, ainsi qu'à comprendre l'impact de ces choix sur leur vie, sur celle des autres, ainsi que sur la société. L'autodétermination extrinsèque, quant à elle, réfère à l'intégration de valeurs et d'attitudes de loisir prédéterminées chez un individu ou un groupe d'individus.

Dans la même optique que Mundy et Odum, Scott (1980) soutient que les objectifs spécifiques de l'éducation au loisir sont intimement reliés à l'apprentissage d'habiletés de vie. L'éducation au loisir vise la "conscience" du loisir, c'est-à-dire l'habileté à utiliser la connaissance ainsi que les expériences de loisir pour améliorer la qualité de la vie des individus par le loisir. Elle cherche aussi à utiliser la connaissance de soi comme élément majeur pour prendre, dans le domaine du loisir, des décisions qui vont augmenter la qualité de la vie des individus. Elle vise également à développer la capacité de prendre des décisions, c'est-à-dire l'habileté à choisir ses expériences de loisir personnelles en fonction de buts. Elle cherche de plus à favoriser l'interaction sociale qui se traduit par l'habileté à entrer en relation et à interagir avec les autres par le loisir, d'une façon compatible avec ses buts personnels. Développer des habiletés de

loisir en utilisant son potentiel pour l'acquisition et l'utilisation d'habiletés en vue d'atteindre ses buts personnels en loisir est aussi un objectif spécifique de l'éducation au loisir selon cette approche.

En lien avec les idées énoncées précédemment, Ruskin (1984) pense que le loisir utilisé correctement est une opportunité pour la réalisation et l'amélioration de la qualité de vie, et qu'obtenir de tels résultats devraient être le but ultime de l'éducation au loisir. Il propose que l'éducation que l'on en fait devrait aider les gens à atteindre une utilisation optimale du loisir par le biais de leur développement personnel, intellectuel, moral, physique et social. Il soutient que l'éducation au loisir comporte quatre objectifs principaux. Elle devrait d'abord permettre de développer une connaissance et une compréhension personnelles du loisir. Elle devrait aussi favoriser le développement des habiletés et des ressources personnelles afin de rendre possible l'implication d'un individu dans une large gamme d'occupations de loisir. En troisième lieu, elle devrait permettre l'identification et l'évaluation de ses besoins, intérêts et contraintes personnelles en loisir, et d'effectuer des choix de styles de vie appropriés. Finalement, elle devrait donner à celui qui en bénéficie les moyens de développer et d'exprimer des attitudes positives, en plus de clarifier ses valeurs personnelles en rapport avec le loisir. Ces mêmes objectifs sont préconisés par le Ministère de la Culture et du Tourisme de l'Ontario. Aussi, pour ce dernier, les buts ultimes de l'éducation au loisir seraient de rendre les gens capables de vivre des expériences de loisir et d'en obtenir de la satisfaction et du plaisir, de développer des habitudes durables d'implication dans un loisir créateur, d'explorer de nouvelles idées et des orientations originales pour le loisir et de prendre la responsabilité de leur propre style de vie de loisir.

Dans le même ordre d'idées, Edginton, Hanson et Edginton (1998) pensent que pour que l'individu ait l'opportunité de développer son plus haut potentiel de loisir, plusieurs éléments doivent être présents, éléments qui sont des constituantes de l'éducation au loisir ou qui sont développés à travers le processus d'éducation au loisir.



Parmi ces constituantes, on retrouve d'abord les habiletés. En effet, chaque individu doit développer un répertoire d'habiletés de jeu qui sont bâties à partir de compétences cognitives, affectives et psychomotrices. En deuxième lieu, on retrouve la connaissance. Il est important que l'individu développe une compréhension du vaste répertoire d'options d'activités de loisir disponibles. De plus, l'individu consommateur doit connaître quel équipement, produits et matériaux sont requis pour une activité spécifique, ainsi que l'endroit et le moment où ils sont offerts. En troisième lieu vient l'expérience. La possibilité d'expérimenter des activités de loisir contribue au fait que l'individu va acquérir la confiance requise pour explorer d'autres dimensions du loisir que celles qu'il connaît déjà et va perfectionner ses habiletés ; elle contribue significativement au processus global de développement et d'épanouissement en loisir. Finalement, les attitudes, les valeurs et les appréciations font également partie des éléments clés du processus d'éducation au loisir. En effet, l'attitude de quelqu'un face au loisir joue un rôle important pour déterminer la valeur de l'expérience de loisir. De plus, le consommateur doit développer une perception positive du loisir, tout autant que les habiletés requises pour y participer, une connaissance adéquate des ressources et des opportunités en loisir, ainsi qu'un réservoir d'expériences de loisir.

L'amélioration de la qualité de vie en loisir et de la qualité de vie par le loisir, ainsi que l'habilitation des individus à faire des choix en toute liberté en fonction de leurs buts sont des objectifs visés par le processus d'éducation au loisir qui semblent faire consensus parmi les auteurs mentionnés précédemment. L'accent est également mis, par certains d'entre eux (p.ex., Ruskin, 1984; Edginton et al., 1998), sur l'identification et l'évaluation de ses besoins, intérêts et contraintes personnelles en loisir, sur l'expression d'attitudes positives, ainsi que sur la clarification de ses valeurs personnelles en loisir. En somme, on peut constater que l'éducation au loisir vise à améliorer la qualité de vie d'un individu par le loisir en facilitant le développement de l'autodétermination et de la prise de décisions, en développant des connaissances et des habiletés des individus et en identifiant leurs valeurs, leurs intérêts et leurs contraintes.

### 1.3. À qui s'adresse l'éducation au loisir ?

À qui l'éducation au loisir peut-elle être utile ? Bien que la population générale pourrait et devrait bénéficier de l'opportunité de s'éduquer au loisir, l'éducation au loisir peut être particulièrement pertinente pour des populations spécifiques vivant en institution, d'autant plus que l'on peut supposer que ces dernières disposent de plus de temps libre que la moyenne des gens. Pensons entre autres aux prisonniers, aux gens à la retraite, aux personnes délinquantes, aux personnes présentant une déficience intellectuelle, etc.

Mundy (1998) mentionne qu'à travers l'éducation au loisir, les individus en milieu correctionnel peuvent apprendre à faire face au degré élevé de stress associé à la vie en institution, tout comme ils peuvent développer les connaissances, les attitudes et les habiletés nécessaires pour faire face au stress associé à la vie hors des institutions. Les individus peuvent également apprendre les formes de loisir socialement acceptables et capables de satisfaire leurs propres besoins.

Méda (1999) souligne aussi que les personnes disposant d'un revenu plus faible, particulièrement les jeunes et les personnes plus âgées, s'ennuient dans les loisirs. L'éducation au loisir pourrait sans doute contribuer à modifier cette perception. De plus, plusieurs études (Searle & Mahon, 1991, 1993; Searle, Mahon, Iso-Ahola, Sdrolias et van Dyck, 1995; Zoerink & Lauener, 1991) réalisées auprès de personnes âgées ont démontré que l'éducation au loisir peut procurer de nombreux bénéfices. Ces gens peuvent développer l'habileté à utiliser leur temps de façon bénéfique et maintenir une bonne qualité de vie de façon indépendante. Ils peuvent aussi apprendre à s'adapter et à modifier des activités qui risquent d'améliorer leurs perceptions d'opportunités en loisir tout en augmentant leur autonomie. Les habiletés et les connaissances développées via l'éducation au loisir peuvent augmenter la participation à des activités de loisir et améliorer et étendre les opportunités de développer ou maintenir des réseaux sociaux.

Lorsque la participation au loisir augmente, la menace au bien-être psychosocial se voit diminuée (Coyle et al., 1991).

#### 1.4. Pertinence de l'éducation au loisir

L'éducation au loisir semble nécessaire puisque la commercialisation des services de loisir et la croissance de l'attitude de consommation ont négligé et laissé pour compte de nombreux secteurs de développement du loisir. On note, par exemple, la planification d'activités de loisir pratiquées durant toute sa vie ; la clarification de ses valeurs et de leur relation avec le loisir ; l'identification et l'expansion de son concept de soi ; l'acquisition d'habiletés et le développement d'attitudes positives envers le loisir, en relation avec son espace de vie total, incluant le travail, les interrelations sociales et la santé (Edginton et al., 1998).

Mothé (1999) soutient que la liberté dans le choix de son temps libre ne conduit pas l'individu à vouloir ce qui est bon pour son corps ou sa santé, ni ce qui est bon pour les autres ou la société. Selon lui, outre le fait que l'individu ne choisisse pas nécessairement ce qui est bon pour lui et pour les autres, il ne choisit pas seul. Les commerçants sont là pour le conseiller sur les stratégies de consommation de son temps libre. Chacun tentera de lui indiquer le sens de son épanouissement et de le convaincre d'utiliser tel service de musculation, telle thérapie, telle machine à supprimer les rides, tel voyage exotique, etc. L'épanouissement est à vendre ; il s'achète. D'après Mothé (1999), la sollicitation du marché a massifié et uniformisé le temps libre, si bien que les individus, sans se consulter, font à peu près les mêmes choses en même temps ou souhaiteraient faire ces mêmes choses. Le temps libre est donc influencé par la mode.

Ainsi, par quelques-uns des objectifs mentionnés ci-haut, l'éducation au loisir serait en mesure de contribuer à aider les gens à se définir à travers leurs loisirs ainsi qu'à occuper leur temps libre de façon optimale et satisfaisante. Mais encore faut-il que les loisirs pratiqués, ou ceux que l'on envisage de pratiquer, soient basés sur les valeurs,

les intérêts et les contraintes des individus, et choisis de façon autodéterminée afin de maximiser la satisfaction des individus dans leur vie de loisir. Il faut donc tenir compte de ces aspects lors du processus d'éducation au loisir.

### 1.5. Exemple d'intervention en éducation au loisir

Selon Ouellet (2000), l'intervention en éducation au loisir vise, chez l'individu, des changements qui vont le rendre plus apte à s'impliquer en loisir de façon autodéterminée et à y retirer les bénéfices et les satisfactions attendus, ou qui vont lui permettre d'utiliser le loisir comme moyen d'améliorer son fonctionnement personnel. De façon générale, les démarches d'éducation au loisir comportent :

- « des informations sur l'activité (nature, contextes, buts, modalités de pratique, programmes ou équipements existants, horaires, coûts, etc.) ;
- l'apprentissage de l'activité (initiation, perfectionnement, maîtrise de l'activité, etc.) ;
- le développement d'habiletés de base requises pour l'activité (communication, souplesse, endurance, lecture, perception, capacité d'émerveillement, etc.) ;
- le développement d'attitudes favorables au loisir en général ou à certaines catégories ou formes de loisir ;
- le développement de capacités de décision, de choix et de solution de problèmes en loisir, incluant, entre autres, la connaissance de soi et de l'environnement et les stratégies de prise de décision personnelle, d'orientation de vie, etc. ;
- la solution de problèmes personnels ou interpersonnels nuisant à l'implication satisfaisante en loisir, en vue d'éliminer certains obstacles à la pratique du loisir ;

- l'utilisation d'activités de loisir ou de contextes de loisir pour permettre des apprentissages et le développement d'habiletés requises pour un style de vie de loisir plus riche et plus satisfaisant, ou pour un fonctionnement et une qualité de vie supérieurs ».

Selon Ouellet (2000), il est possible d'aborder l'éducation au loisir selon trois niveaux d'intervention. Premièrement, en favorisant l'utilisation optimale du temps, il est possible d'amener l'individu à pouvoir connaître et analyser l'utilisation qu'il fait de son temps, planifier, organiser et utiliser son temps selon ses priorités, et répartir son temps et ses horaires de façon à consacrer le maximum de ses temps libres aux activités de loisir de son choix.

Le second niveau d'intervention consiste à favoriser l'adoption d'une vie de loisir riche et adéquate. Ce niveau d'intervention peut être atteint via cinq objectifs. Premièrement, en amenant l'individu à connaître le loisir et ses relations avec son style de vie, en lui apprenant ce qu'est le loisir, quelles sont les différentes formes de loisir, quelle est la relation du loisir avec le style de vie et la société, et quels sont les bénéfices potentiels du loisir. Il s'agit, en second lieu, de développer des attitudes favorables au loisir en développant et en manifestant des attitudes positives face au loisir ; en découvrant les valeurs positives de diverses formes de loisir ; en développant des intérêts face à diverses formes d'activités et en modifiant les attitudes défavorables au loisir. Troisièmement, il faut connaître les comportements et le vécu en loisir, donc connaître les différents intérêts en loisir, les capacités en relation avec le loisir, les valeurs et les attitudes face au loisir, les besoins et les attentes face au loisir, les bénéfices et les avantages retirés du loisir, les contraintes internes et externes à la participation et les pressions provenant de l'extérieur. Quatrièmement, on peut aussi favoriser l'adoption d'une vie de loisir riche et adéquate en développant des aptitudes et des habiletés pour pratiquer des loisirs. Il s'agit ici de développer des habiletés d'interaction et de communication, des habiletés transférables (p. ex. les habiletés motrices, la créativité, la

dextérité manuelle, etc.) et d'apprendre des activités de loisir (p. ex. des activités d'initiation et de maîtrise en musique, dans les sports, les arts, etc.). Finalement, le cinquième et dernier objectif de ce niveau est de développer la capacité de décision et de choix en loisir. Ceci se réalise à travers la définition du problème qui se pose (choix, insatisfaction, contrainte, etc.) ; l'évaluation de l'ensemble des facteurs reliés au problème ; l'évaluation des alternatives et de leurs conséquences et; la capacité de faire un choix libre et d'établir les étapes de réalisation.

Dans cette façon d'intervenir, le troisième objectif est d'amener l'individu à connaître ses comportements et son vécu en loisir, ce qui implique de connaître ses différents intérêts en loisir, ses capacités en relation avec le loisir, ses valeurs et attitudes face au loisir, et ses contraintes à la participation. Ce sont ces objectifs, entre autres, qui, une fois atteints, permettront d'intervenir au troisième niveau.

Le troisième et dernier niveau d'intervention consiste à favoriser l'atteinte de l'état de loisir. Ce niveau est atteint lorsque l'individu est en mesure d'évaluer les états caractérisant pour lui une expérience de loisir ; d'évaluer les états psychologiques caractéristiques de ses loisirs et autres expériences (satisfaisantes ou insatisfaisantes) ; d'évaluer les conditions favorisant l'émergence des états de loisir ; d'évaluer les conditions contraignant l'émergence des états de loisir ; de changer les conditions ou facteurs externes l'empêchant d'être en loisir ; et de changer les comportements ou traits personnels nuisant à sa capacité de loisir (capacité de liberté perçue, motivation intrinsèque, plaisir et excitation, satisfaction, etc.).

L'importance de l'identification des valeurs, des intérêts et des contraintes a été soulevée dans le processus d'éducation au loisir et est reconnue par différents auteurs et chercheurs (p.ex., Ruskin, 1984; Edginton et al., 1998; Ouellet, 2000). Le fait d'utiliser une approche centrée sur les valeurs, les intérêts, les contraintes et la motivation en loisir lors du processus d'éducation au loisir aide l'individu à s'orienter par rapport à ses

besoins en matière de loisir. Très peu d'approches ont intégré à la fois ces quatre éléments, qui semblent nécessaires afin de comprendre la sélection des activités de loisir et de maximiser la satisfaction des individus face à leur vie en loisir. Pourtant, ces concepts s'avèrent capitaux en éducation au loisir. Ils font d'ailleurs partie intégrante des buts et objectifs, et de l'intervention en éducation au loisir. Certes, d'autres variables auraient pu être à l'étude dans le cadre de ce mémoire afin de cerner encore mieux les variables influençant les intérêts et les comportements de choix en loisir (p.ex. les aptitudes, la personnalité, les attitudes, les perceptions, etc.). Par contre, notre choix s'est cependant restreint aux quatre variables nommées précédemment car ce sont celles sur lesquelles les éducateurs en loisir semblent se baser dans le cadre de leur intervention.

Bien que certains auteurs suggèrent qu'il existe une relation entre la motivation, les valeurs, les contraintes en loisir et les intérêts de loisir, aucune étude à notre connaissance n'a tenté de comprendre celle-ci. Le but de cette étude est donc de préciser la dynamique sous-jacente à ces quatre concepts. Ainsi, bien que cette dynamique s'inscrive parfaitement bien dans le processus d'éducation au loisir, il est à noter que l'accent de ce mémoire sera davantage mis sur les aspects théoriques du questionnement que sur ses aspects pratiques. Les sections qui suivent traiteront de la motivation, des valeurs, des contraintes en loisir et des intérêts de loisir. Cependant, puisque la littérature traitant de ces variables est abondante, les citations et l'élaboration relatives à ces variables seront très ciblées. Ainsi, chaque section débutera par une définition du concept dont il sera question. Suivra ensuite une recension des principaux travaux sur le sujet, puis le lien entre le loisir et le concept sera établi. Cette manière de procéder nous amènera finalement à poser les hypothèses de cette étude. Voyons d'abord quelle est la nature probable des liens qui unissent la motivation, les valeurs, les contraintes en loisir et les intérêts de loisir.

## 2. Deux modèles permettant d'expliquer les intérêts de loisir

Le but de ce bref survol des liens entre les variables étudiées dans le cadre de ce mémoire est de faciliter la compréhension des liens entre ces concepts dans les sections subséquentes de ce mémoire. Nous reviendrons ultérieurement sur la définition des variables dont il est question.

Il semble qu'il soit possible d'étudier les relations qui existent entre les variables à l'étude dans ce mémoire à l'aide de deux modèles. Dans un premier temps, nous pouvons nous intéresser à l'effet direct d'une variable sur une autre. Par exemple, dans le cas qui nous intéresse, un modèle direct pourrait ressembler à celui illustré à la figure 1.

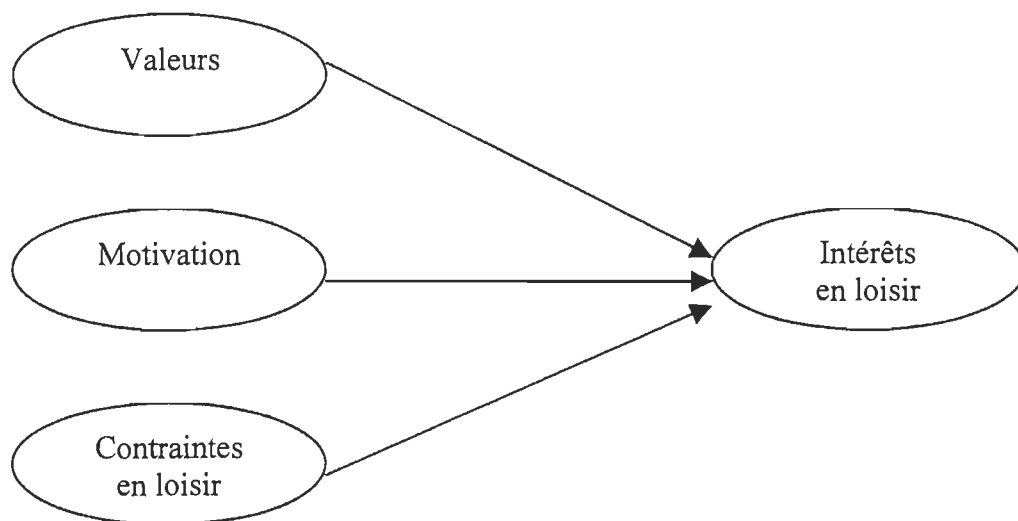


Figure 1. Exemple de modèle direct en éducation au loisir.

Dans ce type de modèle, l'effet des variables indépendantes est direct sur la variable dépendante. De plus, les trois variables indépendantes n'interagissent pas entre



elles. On cherche donc à connaître l'effet indépendant des valeurs, de la motivation et des contraintes en loisir sur les intérêts en loisir. Ainsi, les valeurs, de même que la motivation et les contraintes en loisir, sont des facteurs prédisant les intérêts, mais n'ayant aucun autre lien (déterminé) entre eux. Par conséquent, ce genre de modèle ne précise pas la dynamique sous-jacente qui existe entre les concepts à l'étude. Or, il semble que ce soit sur ce type de modèle que s'appuie le processus d'éducation au loisir esquissé par les différentes approches décrites dans l'introduction. Afin de cerner la dynamique qui unit les valeurs, la motivation, les contraintes en loisir et les intérêts en loisir, nous proposons, dans un deuxième temps, un modèle alternatif reliant ces concepts.

À la lumière des travaux de Vallerand (1997), nous sommes à même de constater que les liens qui unissent les valeurs, les contraintes en loisir, la motivation et les intérêts de loisir sont peut-être davantage de nature dynamique (indirecte) que directe. Le modèle alternatif dynamique suggéré permet de mettre en lien les variables et de voir de quelle façon elles sont liées entre elles. Le modèle dynamique proposé est illustré à la figure 2.

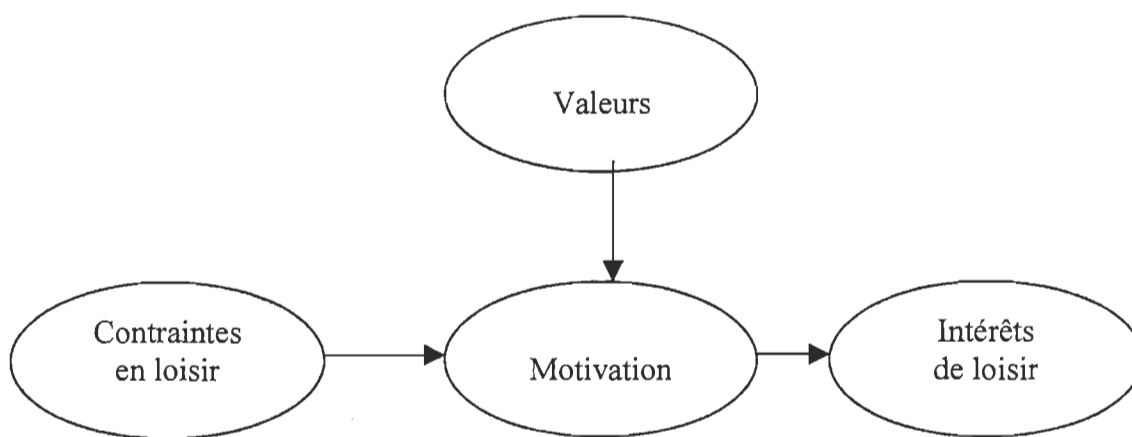


Figure 2. Modèle dynamique de prédiction des intérêts en loisir.

Ainsi, selon le modèle dynamique proposé, les valeurs et les contraintes en loisir seraient des prédicteurs de la motivation, et cette dernière permettrait de prédire les intérêts de loisir.

Afin de bien comprendre les modèles proposés ci-dessus, voyons plus en profondeur les quatre concepts dont il est question dans ce mémoire, soit la motivation, les valeurs, les contraintes en loisir et les intérêts de loisir. Nous reverrons ensuite le modèle dynamique, mais de façon plus détaillée.

## 2.1. La motivation

Définir la motivation n'est pas facile puisque celle-ci n'est pas directement observable. On se base souvent sur le comportement d'une personne afin de déterminer si celle-ci est motivée ou pas. Par exemple, une personne qui travaille de longues heures à mettre sa collection de timbres en ordre est probablement très motivée. Pourtant, cette constatation est incomplète : on ne sait pas si la personne passe de longues heures auprès de ses timbres parce qu'elle est motivée intrinsèquement ou extrinsèquement face à cette activité de loisir, c'est-à-dire si elle la fait par plaisir ou pour éviter quelque chose. Aussi, dans cette situation particulière, on met l'accent sur une seule des dimensions comportementales de la motivation, c'est-à-dire l'intensité du comportement. Cependant, la motivation peut aussi déclencher (c.-à-d., dynamiser le comportement), diriger (c.-à-d., orienter la personne vers un comportement précis) et favoriser la persévérance d'un comportement (c.-à-d., pousser une personne à rester ou non dans une activité). À la lumière de cette analyse, nous proposons de définir la motivation comme étant le construit hypothétique utilisé afin de décrire les forces internes et/ou externes produisant le déclenchement, la direction, l'intensité et la persistance du comportement (Vallerand & Thill, 1993).

Plusieurs théories de la motivation existent (voir à cet effet Vallerand et Thill, 1993), ce qui rend ardu le choix d'un cadre de référence. Pourtant, à la lecture des

travaux sur l'éducation au loisir présentés plus tôt et des travaux de chercheurs bien connus dans le domaine du loisir (p. ex., Neulinger, 1981), il semble que le cadre de référence idéal en soit un qui traite de la notion de l'autodétermination, tel que nous le verrons ultérieurement. Dans ce mémoire, nous nous attarderons au modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque de Vallerand (1997) puisqu'il est possible de faire plusieurs liens entre ce dernier et l'éducation au loisir, liens sur lesquels nous reviendrons ultérieurement. De plus, ce modèle est basé sur la théorie de l'autodétermination de Deci & Ryan (1985, 1991). Nous verrons donc les grandes lignes de la théorie de l'autodétermination de Deci & Ryan (1985, 1991) avant d'aborder le modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque de Vallerand (1997).

#### 2.1.1. La théorie de l'autodétermination de Deci et Ryan (1985, 1991)

Pour ces auteurs, le déclenchement, l'orientation et la persévérance du comportement humain trouvent leur source dans la satisfaction de trois besoins fondamentaux, soit l'autonomie, la compétence et l'appartenance sociale. Le besoin d'autonomie se définit comme une tendance à vouloir choisir, de manière flexible et indépendante, le comportement le plus apte à engendrer des conséquences positives anticipées par l'individu. Le besoin de compétence, quant à lui, correspond au désir d'agir concrètement et efficacement sur son environnement. Finalement, le besoin d'appartenance sociale réfère au désir de se sentir lié à d'autres personnes et de se sentir appuyé par celles-ci.

La satisfaction de ces trois besoins a pour conséquence que l'individu se perçoit comme étant motivé de façon «autodéterminée». C'est donc librement et par plaisir qu'il s'implique dans une activité donnée. Au contraire, la motivation d'un individu dont les besoins fondamentaux ne sont pas satisfaits est «non autodéterminée». Le comportement est alors déterminé par des contraintes externes ou plus ou moins intériorisées (p.ex., des récompenses, des sentiments d'obligation ou de culpabilité).

L'individu motivé de cette façon ne se perçoit plus comme étant à l'origine de ce qui lui arrive, mais bien comme un « pion » assujéti à des contingences externes (DeCharms, 1968, 1976). Par exemple, un nageur peut choisir de pratiquer sa discipline simplement pour le bien-être qu'il ressent lorsqu'il s'y adonne. Cet individu serait motivé de façon autodéterminée. Par contre, son co-équipier peut réaliser le même entraînement, mais dans le but d'obtenir une médaille à la prochaine compétition. Ce dernier serait motivé de façon non autodéterminée.

En lien avec ces considérations, Deci et Ryan (1985, 1991) proposent trois grands types de motivations : la motivation intrinsèque, la motivation extrinsèque et l'amotivation. La motivation intrinsèque se traduit par le fait de s'impliquer dans une activité pour les sentiments de plaisir qui sont inhérents à cette implication. L'activité est alors gratifiante en elle-même. Vallerand et al. ont d'ailleurs proposé une taxonomie tripartite de la motivation intrinsèque (1989, 1992, 1993). Parmi celle-ci, on note la *motivation intrinsèque à la stimulation* qui correspond au fait de participer à une activité pour le plaisir qu'elle permet de ressentir (p.ex., le plaisir sensoriel et esthétique). Un individu qui pratique le parachutisme pour le plaisir que la sensation de tomber dans le vide lui permet de ressentir constitue un exemple de motivation intrinsèque à la stimulation. Pour sa part, la *motivation intrinsèque à la connaissance* est la réalisation d'une activité pour le plaisir et la satisfaction qu'elle procure à l'individu en phase d'apprentissage, d'exploration ou d'essai de nouveaux éléments. Par exemple, une personne qui choisit de s'inscrire à un cours d'horticulture pour le plaisir d'en apprendre davantage sur le sujet pourrait être intrinsèquement motivée à la connaissance. Finalement, la *motivation intrinsèque à l'accomplissement* se perçoit lorsqu'une personne réalise une action pour le plaisir en tentant d'accomplir, de créer quelque chose ou de se surpasser elle-même. La personne est centrée sur le processus et non pas sur le résultat de cet accomplissement (Vallerand & Grouzet, 2001). Un individu pourrait être intrinsèquement motivé à l'accomplissement durant tout le temps qu'il prend pour écrire un livre.

Le second type de motivation, la motivation extrinsèque, réfère au fait de se servir d'une activité donnée comme d'un moyen menant à l'obtention ou à l'évitement de certaines conséquences. De façon plus spécifique, divers degrés d'autodétermination sous-tendent la motivation extrinsèque. Au degré d'autodétermination le plus faible, on retrouve la *régulation externe*. Ce sont alors des facteurs externes à la personne (p. ex., récompenses et punitions) qui régissent le comportement. Par exemple, un enfant pourrait aller à ses activités parascolaires en sachant qu'il aura une récompense de la part de ses parents en réponse à sa participation. À un degré plus élevé d'autodétermination, on retrouve la *régulation introjectée*. L'individu motivé de cette façon s'impose à lui-même des contraintes qui étaient auparavant extérieures (p. ex., sentiment de culpabilité). Par exemple, une personne pourrait prendre une marche chaque jour pour éviter de se sentir coupable de ne pas avoir fait d'exercice et/ou de ne pas être allé à l'extérieur. On retrouve ensuite la *régulation identifiée* qui se caractérise par un degré relativement élevé d'autodétermination. L'individu choisit alors librement de s'impliquer dans une activité qu'il juge importante pour son bien-être personnel. Par exemple, un individu pourrait assister à ses sessions de yoga parce qu'elles lui permettent de se détendre, ce qui est important pour lui. Enfin, la *régulation intégrée* représente la forme la plus autodéterminée de motivation extrinsèque. Cette forme de régulation est intégrée au concept de soi, de sorte qu'une activité qui est associée à ce type de motivation extrinsèque devrait refléter les valeurs d'un individu. Par exemple, une personne pourrait faire du sport régulièrement parce qu'être en bonne forme physique est une valeur importante pour elle.

Finalement, le troisième grand type de motivation proposé par Deci et Ryan (1985) est l'*amotivation*. L'individu amotivé a l'impression que les forces qui déterminent son comportement échappent à son contrôle intentionnel. En fait, l'amotivation correspond à une absence relative de motivation (Vallerand, 1997). Dans cette situation, l'individu ne sait pas vraiment pourquoi il pratique une activité de loisir et il ne voit pas ce qu'elle lui procure.

Il est possible de placer ces différents types de motivation sur un continuum que l'on nomme « continuum de l'autodétermination » et qui est présenté à la figure 3.

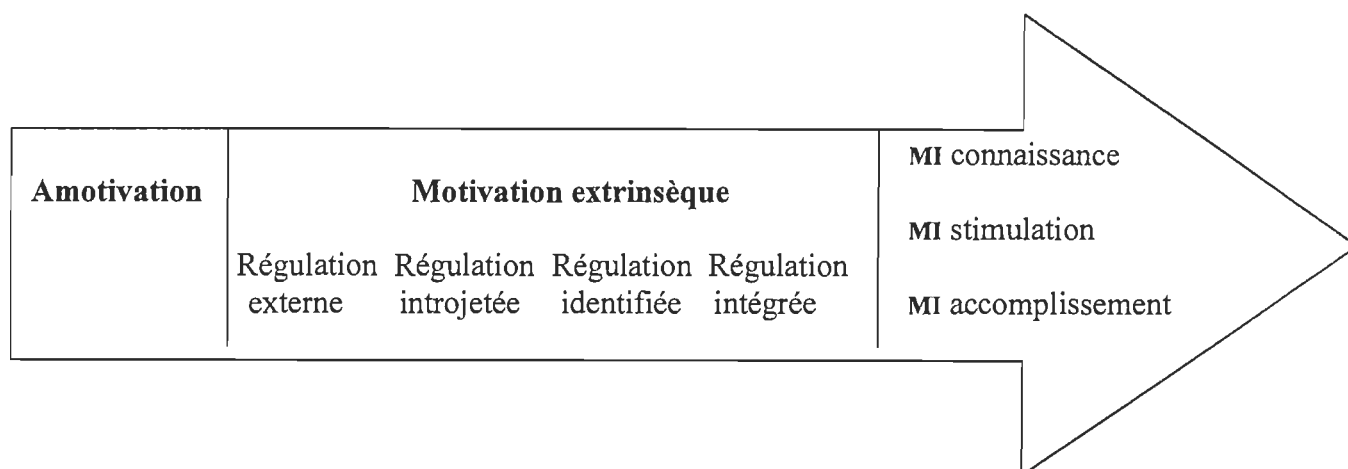


Figure 3 : Continuum de l'autodétermination (Vallerand, 1997)

Note : MI = motivation intrinsèque

La théorie de l'autodétermination permet de mieux comprendre une variété de phénomènes dans divers secteurs de l'activité humaine. Les recherches démontrent que cette perspective peut être appliquée auprès de populations étudiantes des niveaux primaire (Vallerand et al., 1991), secondaire (Daoust et al., 1988), collégial (Vallerand & Bissonnette, 1992), chez les adultes d'âge moyen (Blais et al., 1990) et auprès des personnes âgées (Vallerand & O'Connor, 1989, 1991). Dans ce dernier cas, les résultats suggèrent qu'un profil motivationnel autodéterminé soit associé de façon positive, entre autres, à la satisfaction de vie (Vallerand & O'Connor, 1989) ainsi qu'à la satisfaction et à la participation dans les loisirs (Losier, Bourque & Vallerand, 1993). Enfin, il semble que la perspective de Deci et Ryan puisse être appliquée avec succès auprès des personnes souffrant de handicaps physiques et mentaux (Vallerand & Reid, 1990). L'importance de l'autodétermination ne semble donc pas négligeable.

Dans le cadre des sports et des loisirs, les résultats de recherches basées sur la perspective de Deci et Ryan ont révélé qu'un profil motivationnel autodéterminé vis-à-

vis du sport ou du loisir était associé positivement à des émotions positives (Pelletier, Vallerand, Green-Demers, Brière et Blais, 1996). Ceci signifie qu'une personne qui pratique une activité de loisir par plaisir et par choix sera plus sujette à ressentir des émotions positives lors ou à la suite de la pratique de l'activité. De plus, un profil motivationnel plus autodéterminé par rapport aux loisirs semble mener à des conséquences positives sur la santé mentale (Pelletier, Vallerand, Green-Demers, Brière, et Blais, 1995). En effet, les résultats de recherche obtenus par ces auteurs soutiennent l'hypothèse selon laquelle les conséquences psychologiques associées à la pratique des loisirs varient en fonction du degré d'autodétermination de la motivation qui sous-tend le comportement. Il appert que seuls les loisirs pratiqués par plaisir ou librement choisis seraient associés au bien-être psychologique (p. ex., émotions positives, bonne concentration, faible niveau de tension, satisfaction personnelle). Ces hypothèses ont d'ailleurs été confirmées par les études de Pelletier et al. (1995, 1996) et de Benjamin & Perreault (2001).

La notion de libre choix par rapport à l'activité jouerait donc un rôle important en tant que facteur déterminant des conséquences positives associées à la pratique des loisirs (Pelletier et al., 1996). Il est cependant important de comprendre que la notion de libre choix n'est pas uniquement associée aux motifs intrinsèques. En effet, des chercheurs (p. ex. Haworth, 1984 ; Buchanan, 1985) ont proposé que des conséquences positives puissent être rattachées aux loisirs choisis librement lorsque ceux-ci sont pratiqués pour des motifs intrinsèques et extrinsèques. Ainsi, il semblerait que pour qu'un individu bénéficie des conséquences positives de la pratique des loisirs, des conditions spécifiques sont nécessaires : la motivation intrinsèque et/ou la perception de libre choix associée à la motivation intrinsèque ou extrinsèque. En effet, Pelletier, Vallerand, Green-Demers, Blais et Brière (1996) mentionnent que les antécédents et les conséquences positifs (c.-à-d., perceptions de compétence, d'autonomie, *intérêt*, émotions positives et satisfaction envers les loisirs) sont corrélés positivement avec les trois types de motivation intrinsèque et avec la motivation extrinsèque identifiée. Cette

étude confirme donc l'existence d'un lien direct entre la motivation et les intérêts, bien que la mesure des intérêts soit globale (et non spécifique à une activité) dans cette étude.

Ainsi, il paraît fort pertinent d'inclure la notion d'autodétermination afin de prédire les intérêts de loisir puisque les études dans le domaine des sciences du loisir démontrent que ce sont les loisirs choisis librement ou motivés intrinsèquement qui mènent aux conséquences positives recherchées.

Voyons maintenant le modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque de Vallerand (1997), qui est basé sur la théorie de l'autodétermination de Deci & Ryan (1985).

#### 2.1.2. Le modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque de Vallerand (1997)

Le modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque repose sur la théorie de l'autodétermination de Deci & Ryan (1985, 1991) et propose que la motivation résulte d'une interaction continue entre la personne et son environnement (Vallerand, 1997). La figure 4 présente le modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque.



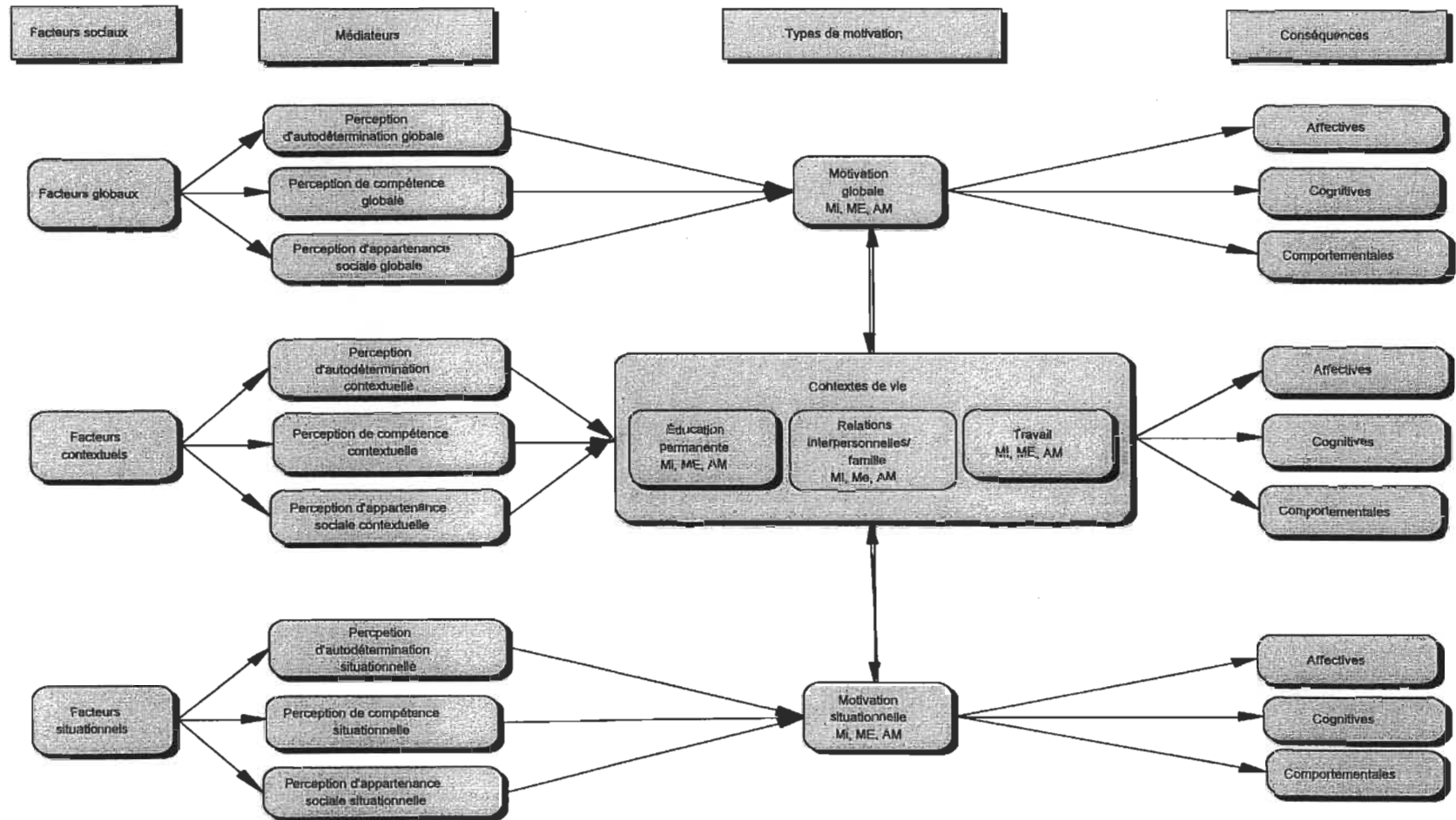


Figure 4. Modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque (Vallerand, 1997)

Note: MI = motivation intrinsèque; ME = motivation extrinsèque; AM = amotivation

Selon Vallerand (1997), la motivation intrinsèque et extrinsèque ainsi que l'amotivation existent chez la personne à trois niveaux hiérarchiques de généralité. De manière ascendante, la motivation peut être situationnelle, contextuelle ou globale (Vallerand & Grouzet, 2001). La motivation situationnelle correspond à un état motivationnel et non à une caractéristique individuelle. Elle réfère à la motivation d'un individu lorsqu'il est en train de réaliser une activité. Il s'agit du niveau hiérarchique de généralité le plus bas. Au second niveau, on retrouve la motivation contextuelle. Elle réfère à la tendance plus ou moins stable de l'individu à être motivé de manière intrinsèque, extrinsèque ou amotivée dans un contexte spécifique (Vallerand & Grouzet, 2001). Le mot « contexte » fait référence à une sphère d'activité (Emmons, 1995), comme le loisir, le travail et l'éducation. Ce type de motivation est plus sujet aux changements que la motivation globale et, par conséquent, la motivation contextuelle est plus en mesure d'expliquer et de prédire les changements qui ont lieu dans chacun des contextes spécifiques que la motivation globale (Vallerand & Grouzet, 2001). Finalement, au dernier niveau hiérarchique, on retrouve la motivation globale. Cette dernière réfère à une orientation motivationnelle générale (c.-à-d., la personnalité) à interagir avec l'environnement selon un mode intrinsèque, extrinsèque ou amotivé (Vallerand & Grouzet, 2001).

Il importe également de tenir compte des déterminants de la motivation. En effet, Vallerand & Grouzet (2001) mentionnent que notre attention doit porter sur deux types de déterminants de la motivation : l'un lié à l'impact de l'environnement et l'autre lié à l'interrelation des niveaux motivationnels. En effet, selon ces auteurs, la motivation résulte, d'une part, des facteurs sociaux du niveau hiérarchique correspondant. De plus, les trois besoins fondamentaux identifiés par Deci & Ryan (1985), c'est-à-dire le sentiment de compétence, l'autonomie et l'appartenance, médatiseraient l'impact de ces facteurs sociaux sur la motivation à chaque niveau correspondant. D'autre part, la motivation résulte également d'une dynamique motivationnelle. En effet, il existe un effet descendant de la motivation à un niveau

supérieur de la hiérarchie sur la motivation au niveau directement inférieur (c.-à-d., la motivation globale influence la motivation contextuelle et cette dernière influe sur la motivation situationnelle). Parallèlement, ces auteurs mentionnent qu'il existe un effet ascendant (ou récursif) de la motivation à un niveau inférieur de la hiérarchie (p.ex., la motivation situationnelle pour une activité de loisir) sur la motivation au niveau supérieur (p.ex., la motivation contextuelle pour le loisir).

Finalement, il faut être conscient que la motivation produit d'importantes conséquences (Vallerand & Grouzet, 2001). Selon ces auteurs, les conséquences motivationnelles peuvent être de trois types : cognitif (p.ex., l'attention et la mémoire), affectif (p.ex., les émotions et la satisfaction) et comportemental (p. ex., la persévérance et la performance). Il est à noter que les conséquences les plus positives émergent généralement d'une motivation intrinsèque alors que les plus négatives sont produites par l'amotivation. C'est pourquoi, tel que mentionné précédemment, il ne suffit pas d'être « motivé » pour obtenir des conséquences positives, mais encore faut-il être motivé de manière autodéterminée (c.-à-d., avoir une motivation intrinsèque ou encore une motivation extrinsèque identifiée ou intégrée) (Vallerand & Grouzet, 2001). En somme, les conséquences de la motivation existent aux trois niveaux hiérarchiques de généralité (situationnel, contextuel et global), puisqu'elles se situent au même niveau que la motivation qui les produit.

À la lumière de ces propositions théoriques, il semble qu'il soit possible d'interpréter différemment le processus d'éducation au loisir. En bref, les valeurs semblent être (voir la prochaine section) des construits d'ordre global qui devraient produire un effet sur la motivation contextuelle. Il est donc possible de croire que les valeurs prédiront la motivation autodéterminée à pratiquer une activité de loisir.

## 2.2. Les valeurs

Les chercheurs de différents domaines d'études (culture, religion, psychologie, sociologie, etc.) se sont penchés sur l'opérationnalisation du concept de valeurs depuis plusieurs années (p. ex., Kluckholm, 1951; Barry et Wolf, 1965; Rokeach, 1973). Bien que plusieurs problèmes se soient posés par rapport à la définition de ce concept, la plupart des auteurs s'entendent maintenant sur celle qu'ont élaborée Schwartz et Bilsky (1987, 1990).

Influencés par divers travaux, entre autres ceux de Rokeach (1973), Schwartz et Bilsky (1987, 1990) ont élaboré une définition de ce qu'est une valeur en mettant en évidence cinq caractéristiques formelles des valeurs sur lesquelles la plupart des auteurs s'entendent. Selon ces auteurs, une valeur est une représentation de l'individu (conception, croyance), d'un objectif (terminal, instrumental) dépassant les situations spécifiques et exprimant des intérêts (individuels, collectifs ou les deux) qui concernent un domaine (d'hédonisme à spiritualité) dont l'importance en tant que principe directeur de sa vie est évaluée sur une échelle (de sans importance à très important) (Schwartz et Bilsky, 1987, 1990). En 1994, Schwartz a redéfini les valeurs en faisant ressortir leur aspect trans-situationnel, c'est-à-dire le fait qu'elles dépassent les situations spécifiques et les contextes. Il définit effectivement les valeurs comme « des buts désirables et trans-situationnels qui varient en importance et qui servent de principes directeurs dans la vie d'une personne ou d'une entité sociale ». L'aspect trans-situationnel des valeurs renforce donc l'idée que ces dernières peuvent se rattacher à la personnalité (motivation globale) d'un individu.

Selon Schwartz et Bilsky (1987, 1990), l'aspect critique qui permet aux valeurs de se distinguer est le type de but ou la motivation qu'elles expriment. Ils ont d'ailleurs élaboré une typologie des différents contenus des valeurs en s'appuyant sur le principe que les valeurs représentent, dans la forme de buts conscients, trois exigences

universelles de l'existence humaine : les besoins individuels en tant qu'organisme biologique, la nécessité d'interactions sociales coordonnées, ainsi que la survie et le bien-être des groupes (Gendre, Dupont et Schwartz, 1992). Les groupes et les individus représentent ces exigences cognitivement comme des valeurs spécifiques avec lesquelles ils communiquent pour expliquer, coordonner et rationaliser leur comportement.

De la typologie de Schwartz découlent dix types motivationnels distincts de valeurs provenant des trois exigences universelles. Le tableau 1 présente la définition des types motivationnels de valeurs selon leurs buts ainsi que les valeurs individuelles qui les représentent. Il est à noter que les valeurs peuvent se diviser en deux catégories : les valeurs instrumentales et les valeurs terminales. Les valeurs instrumentales sont vues comme des moyens, des façons de se comporter, tandis que les valeurs terminales sont considérées comme des finalités de l'existence.

Tableau 1

Définitions des types motivationnels de valeurs selon leurs buts ainsi que les valeurs individuelles qui les représentent.

<b>Valeurs</b>	<b>Définitions</b>	<b>Valeurs individuelles instrumentales</b>	<b>Valeurs individuelles terminales</b>
Pouvoir social ( <i>power</i> )	Statut social et prestige, dominance et contrôle sur des ressources ou des personnes.	Préservant mon image publique, influent.	Autorité, pouvoir social, richesse.
Réalisation ( <i>achievement</i> )	Résultat qui apporte un succès personnel ou une reconnaissance sociale à travers la démonstration de compétence selon les standards sociaux.	Ambitieux, capable, orienté vers le succès.	Reconnaissance sociale.

(Suite du tableau 1)

Hédonisme ( <i>hedonism</i> )	Plaisir ou gratifications sensuelles.	Aimant de la vie	Plaisir
Stimulation ( <i>stimulation</i> )	Excitation, nouveauté et défi dans la vie.	Audacieux	Vie variée, vie excitante.
Autonomie ( <i>self-direction</i> )	Indépendance de pensée, de choisir, d'examiner, de créer, et d'agir.	Indépendant, intelligent, curieux, choisissant ses propres buts.	Liberté, créativité.
Maturité ( <i>universalism</i> )	Compréhension, appréciation et acceptation de soi, des autres et du monde qui peut être acquise par l'expérience.	Ouverture d'esprit.	Sagesse, amour adulte, respect de soi.
Bienveillance ( <i>benevolence</i> )	Préoccupation active de la préservation ou de l'amélioration du bien-être des autres.	Honnête, secourable, clément, loyal.	Monde en paix, justice sociale, égalité.
Tradition ( <i>tradition</i> )	Honorer et respecter les traditions, l'ordre social et les coutumes de son groupe.	Honorant ses parents et les anciens, pieux, humble et acceptant ma part dans la vie.	Respect de la tradition, ordre social.
Conformisme ( <i>conformity</i> )	Restriction des impulsions et des actions en accord avec les attentes sociales.	Propre, obéissant.	Politesse, autodiscipline.
Sécurité ( <i>security</i> )	Sécurité et intégrité de son corps et esprit, ainsi que des personnes et groupes auxquels on s'identifie.	Responsable, en bonne santé, modéré.	Sécurité nationale, sécurité familiale, sens de l'appartenance, réciprocité des faveurs, harmonie intérieure, amitié vraie.

Note : les valeurs apparaissent dans l'ordre de la structure prototypique de Schwartz qui sera vue dans les pages suivantes.

Selon Schwartz & Bilsky (1987, 1990), la nature des compatibilités entre les valeurs est clarifiée par les orientations motivationnelles des types de valeurs adjacents. Ainsi, tel qu'illustré à la figure 5, on peut constater que :

- « le pouvoir et la réalisation mettent tous deux l'accent sur la supériorité sociale et l'estime ;
- la réalisation et l'hédonisme expriment tous deux l'égocentrisme ;
- l'hédonisme et la stimulation constituent un désir pour une excitation affective plaisante ;
- la stimulation et l'autonomie impliquent de la motivation intrinsèque envers la maîtrise et l'ouverture au changement ;
- l'autonomie et la maturité expriment de la confiance envers le jugement de l'autre et du confort avec la diversité de l'existence ;
- la maturité et la bienveillance impliquent l'amélioration des autres et la transcendance avec ses propres intérêts ;
- la bienveillance et la tradition / conformité promeuvent la dévotion de soi dans un groupe ;
- la tradition / conformité et la sécurité mettent l'accent sur la conservation de l'ordre et l'harmonie dans les relations ;
- la sécurité et le pouvoir encouragent tous deux le fait d'éviter ou de surmonter la menace des incertitudes en contrôlant les relations et les ressources » (traduction libre).

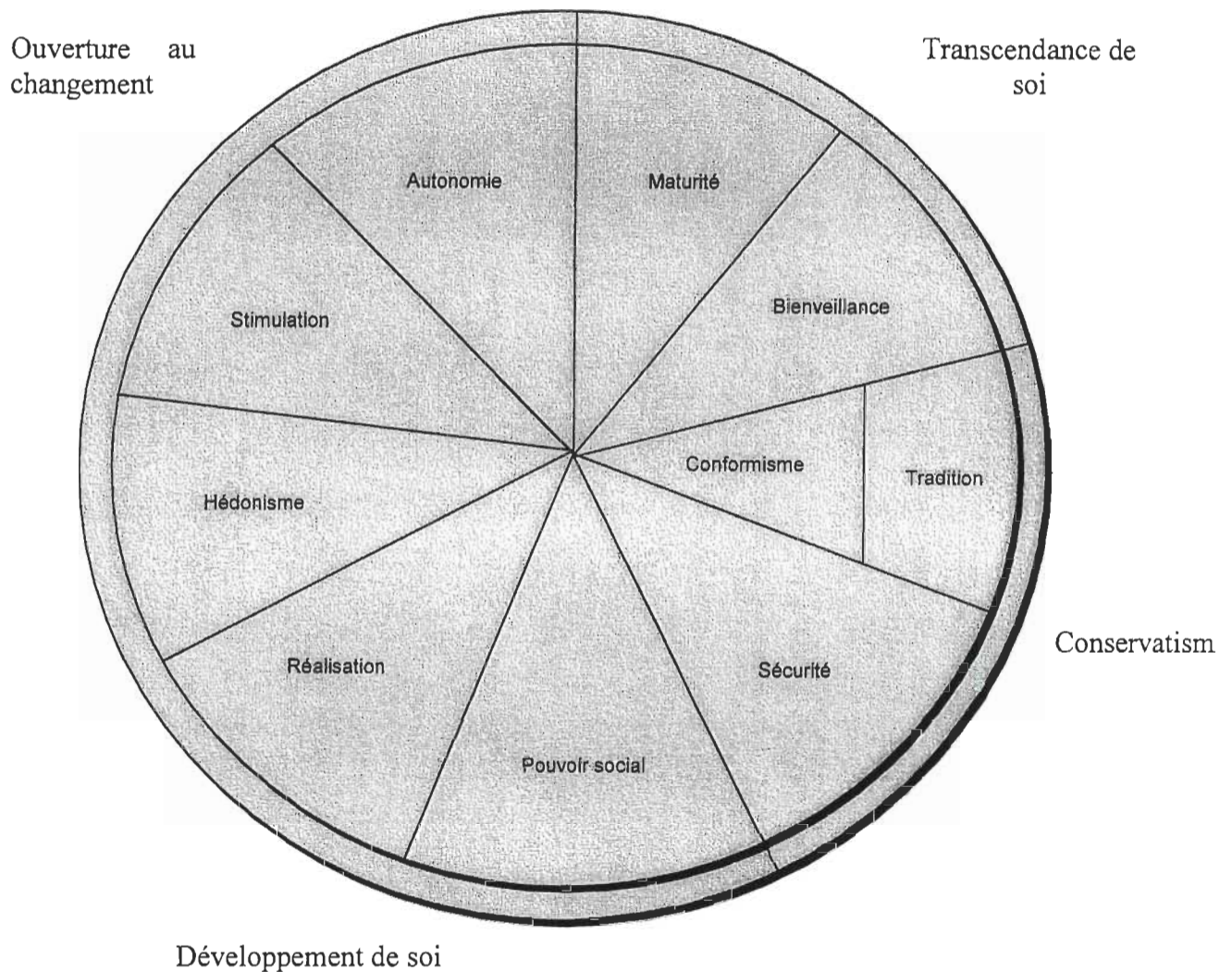


Figure 5. Structure prototypique du système des valeurs de Schwartz.

Les buts motivationnels qui s'opposent dans la structure prototypique ne peuvent pas être facilement poursuivis au même moment. Par exemple, la poursuite de la valeur *accomplissement* pourrait entrer en conflit avec celle de *bienveillance* : rechercher le succès personnel est plutôt difficile à conjuguer avec le fait de vouloir améliorer le bien-être de gens qui ont besoin d'aide. De plus, deux groupes de deux grandes valeurs s'opposent également à l'intérieur de cette typologie et ceci a été confirmé dans 95% des échantillons qui ont été étudiés dans 41 pays par Schwartz (Schwartz, 1994). En effet, une dimension opposerait l'ouverture au changement (combinant l'autonomie et la



stimulation) au conservatisme (combinant la sécurité, la conformité et la tradition). La seconde dimension oppose la transcendance de soi (combinant la bienveillance et la maturité) au développement de soi (combinant le pouvoir et la réalisation). L'hédonisme partagerait des éléments tant avec l'ouverture qu'avec le développement de soi.

Selon les auteurs mentionnés précédemment, les valeurs ne semblent pas être en lien direct avec les intérêts de loisir puisque, selon eux, l'aspect critique qui permet aux valeurs de se distinguer est le type de but ou la motivation qu'elles expriment. Nous sommes donc en mesure de penser que les valeurs ont probablement un impact sur la motivation contextuelle qui elle, à son tour, prédit les intérêts de loisir.

Compte tenu de la conceptualisation de Schwartz (1994), il est possible d'effectuer les liens suivants avec le modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque de Vallerand (1997). Étant donné que les valeurs sont définies comme des orientations motivationnelles trans-situationnelles, on peut supposer que les valeurs sont des facteurs globaux qui devraient avoir un impact sur la motivation à un niveau inférieur (c.-à-d., le niveau contextuel). Plus précisément, une motivation autodéterminée globale (ou les valeurs dans ce cas-ci) devrait prédire une motivation autodéterminée contextuelle (celle du loisir). Bien que cette prédiction soit particulièrement intéressante et importante pour ce mémoire, il reste qu'elle doit être nuancée. Si l'on s'en tient à la définition donnée plus tôt pour la motivation extrinsèque intégrée, il semble qu'une seule valeur (peut-être la valeur de la stimulation) devrait prédire la motivation autodéterminée contextuelle pour l'ensemble des activités de loisir. Par contre, il existe plusieurs types de valeurs. Nous pensons donc qu'il est essentiel de préciser la dynamique qui existe entre la motivation contextuelle pour une activité de loisir donnée et certaines valeurs. Cette nuance est importante parce qu'elle incite le chercheur à se demander si les valeurs de Schwartz (1994) ne seraient pas une expression de toutes les formes de motivation (intrinsèque, extrinsèque et amotivation)

au niveau global du modèle de Vallerand (1997). Bien que des recherches futures devront faire la lumière sur cette situation, nous croyons qu'il est possible d'effectuer des prédictions claires et précises entre les valeurs et la motivation autodéterminée contextuelle dans le domaine du loisir étant donné la description des valeurs donnée par Gendre, Dupont et Schwartz (1992). Ainsi, dans le cadre de ce mémoire, on peut penser que l'hédonisme et la stimulation seront des prédicteurs de chacun des intérêts de loisir (si l'on utilise un modèle direct) ou de la motivation autodéterminée contextuelle dans le domaine du loisir (si l'on utilise un modèle indirect). Étant donné la nature exploratoire de cette hypothèse, les paragraphes qui suivent suggèrent comment certaines valeurs sont susceptibles de prédire des intérêts de loisir.

Puisqu'elle implique un résultat qui apporte un succès personnel ou une reconnaissance sociale à travers la démonstration de compétences selon des standards sociaux, la réalisation semble pouvoir prédire des intérêts de loisir comme les activités éducationnelles et scientifiques et les sports individuels. De plus, la réalisation comporte des caractéristiques comme la supériorité sociale, l'estime et l'égoïsme. Cette valeur pourrait donc prédire des intérêts tels les voyages, les activités religieuses, les activités spirituelles et la lecture puisque ces activités peuvent facilement se pratiquer individuellement.

L'hédonisme est sensé procurer une excitation affective plaisante et être une valeur caractérisée par l'égoïsme. Elle risque donc de prédire plusieurs intérêts de loisir, puisque les loisirs sont sensés être associés au plaisir. Nous pensons cependant que l'hédonisme a plus de chances de prédire des intérêts de loisir comme la lecture, les activités artistiques, les activités culturelles, les activités de collection, les activités éducationnelles et scientifiques, les sports extrêmes, le plein-air, les animaux, les sports de groupe, les jeux, les activités spirituelles, les activités manuelles, les sports individuels, la télévision et les voyages.

La stimulation procure habituellement une excitation, de la nouveauté et un défi dans la vie. Elle se caractérise également par une excitation affective plaisante et une motivation intrinsèque envers la maîtrise et l'ouverture au changement. Elle devrait donc prédire la plupart des intérêts de loisir, mais plus particulièrement les activités artistiques, les activités culturelles, les activités éducationnelles et scientifiques, les sports extrêmes, le plein-air, les animaux, les sports de groupe, les jeux, les activités spirituelles, les activités manuelles, les sports individuels, les voyages et les activités religieuses.

L'autonomie permet l'indépendance de penser, de choisir, d'examiner, de créer et d'agir. On peut penser que les activités artistiques, les activités culturelles, la lecture, les activités éducationnelles et scientifiques, les sports extrêmes, le plein-air, les sports de groupe, le bénévolat, les activités spirituelles, les sports individuels, les voyages et les activités religieuses sont des intérêts de loisir qui seront prédits par l'autonomie.

La maturité est définie comme la compréhension, l'appréciation et l'acceptation de soi, des autres et du monde qui peut être acquise par l'expérience. Elle est aussi caractérisée par la transcendance de ses propres intérêts. Les relations sociales, les sports de groupe, le bénévolat, les voyages, les activités religieuses et les activités spirituelles semblent donc être des intérêts qui pourront être prédits par la maturité.

La bienveillance est une préoccupation active de la préservation ou de l'amélioration du bien-être des autres. Elle promeut la dévotion de soi dans un groupe. Des intérêts de loisir tels que les relations sociales, les sports de groupe, le bénévolat et les activités religieuses peuvent donc sans doute être prédits par la bienveillance.

La tradition consiste à honorer et respecter les traditions, l'ordre social et les coutumes de son groupe. Elle promeut également la dévotion de soi dans un groupe.

On peut donc penser qu'elle prédira les intérêts de loisir comme les relations sociales, les sports de groupe, le bénévolat, les activités spirituelles et les activités religieuses.

Le conformisme est la restriction des impulsions et des actions en accord avec les attentes. Les relations sociales, les sports de groupe, le bénévolat, les activités spirituelles et religieuses sont des intérêts de loisir qui favorisent la conservation de l'ordre et l'harmonie dans les relations ; ils vont donc dans le sens des attentes. On peut ainsi penser que le conformisme prédira ces intérêts de loisir.

La sécurité favorise la conservation de l'ordre et de l'harmonie dans les relations. Elle permet de plus un contrôle des relations et des ressources pour surmonter la menace des incertitudes. Elle risque donc de prédire des intérêts de loisir comme la lecture, les activités de collection, les activités éducationnelles et scientifiques, les sports de groupe, les activités spirituelles, la télévision et les activités religieuses, activités qui permettent une certaine sécurité, soit psychologique (p.ex., appartenir à un groupe) ou physique (p.ex., écouter la télévision).

Dans le cas où l'on mettrait de l'avant un modèle indirect de prédiction des intérêts de loisir, on peut penser que l'impact des valeurs sur les intérêts de loisir est médiatisé par la motivation contextuelle pour une activité donnée. En effet, puisque les valeurs sont associées à la motivation globale du modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque de Vallerand (1997), il est probable qu'elles auront un effet descendant sur les intérêts de loisir via la motivation contextuelle.

En guise de conclusion pour cette section, nous supposons, tel que proposé par le modèle de Vallerand (1997), que les valeurs influenceront positivement la motivation autodéterminée par rapport à une activité de loisir donnée. Par contre, d'autres facteurs dans le processus de l'éducation au loisir, telles les contraintes, peuvent nuire ou empêcher un individu de s'orienter vers certains intérêts de loisir. Nous devons donc

traiter ce concept afin de mieux comprendre son apport dans les deux modèles à l'étude dans ce mémoire. Les lignes qui suivent traitent des contraintes de façon plus exhaustive.

### 2.3. Les contraintes en loisir

Depuis le début des années 1980, on note un engouement pour les recherches traitant des contraintes en loisir (p.ex., Romsa & Hoffman, 1980; Godbey, 1985; Searle & Jackson, 1985; Jackson, 1988; Ouellet & Soubrier, 1989; Crawford et al., 1991). En effet, alors que quelques années plus tôt on voulait comprendre pourquoi les gens participaient, on cherche désormais à connaître les raisons qui expliquent la non-participation ou la restriction à la participation à des activités de loisir. Mais qu'est-ce qu'une contrainte au juste ? Selon Ouellet et Soubrier (1989), une contrainte se définit comme tout facteur, interne ou externe, qui empêche ou restreint soit le développement de l'intérêt (ou d'une préférence) ou de l'intention de participer, soit la fréquence, la durée, l'intensité ou la qualité de la participation, soit le degré de satisfaction et de bien-être retiré de l'activité.

Plusieurs auteurs (Boothby et al., 1981; Francken et van Raij, 1981; Crawford et Godbey, 1987; Jackson, 1988) ont identifié les facteurs internes et externes comme étant deux grandes catégories de contraintes reliées à la non-participation aux activités de loisir. Les contraintes internes sont généralement reliées aux caractéristiques personnelles de l'individu. Jackson (1988) précise que celles-ci se réfèrent aux habiletés personnelles, aux aptitudes, aux connaissances et aux problèmes de santé tandis que les contraintes externes regroupent le manque de temps, les coûts, le manque d'infrastructures, de transport ou de moyens facilitants pour la location d'équipement. Pour leur part, Crawford, Jackson et Godbey (1991) ont proposé une conception des contraintes qui ne relève pas de cette dichotomie. Ils ont en effet classé les contraintes dans un modèle hiérarchique. On y retrouve les trois types de contraintes suivants :

intrapersonnelles, interpersonnelles et structurales. La section qui suit traite de ce modèle de façon plus explicite, puisque c'est sur ce dernier que nous nous baserons pour les fins de cette étude.

### 2.3.1. Le modèle hiérarchique des contraintes en loisir de Crawford, Jackson et Godbey (1991)

Crawford et Godbey (1987) soutiennent que la compréhension de la nature des contraintes en loisir a été limitée parce qu'il y aurait eu un manque dans la reconnaissance des interrelations entre le désir de participer, les contraintes et la participation. Crawford, Jackson et Godbey (1991) ajoutent que, par le passé, les modèles de contraintes en loisir étaient statiques et n'étaient pas étudiés en tant que processus. En lien avec ces considérations, les auteurs proposent donc que les individus qui participent à un loisir donné peuvent avoir à négocier successivement avec des séquences ou des hiérarchies de contraintes, tandis que les individus qui ne participent pas à ces activités expérimentent des contraintes qui peuvent apparaître à n'importe quel niveau (Crawford et al., 1991). Le modèle hiérarchique suggère donc que les individus évoluent des contraintes proximales, qui affectent les préférences, jusqu'aux contraintes distales, qui affectent la participation. Le modèle hiérarchique est présenté à la figure 6.

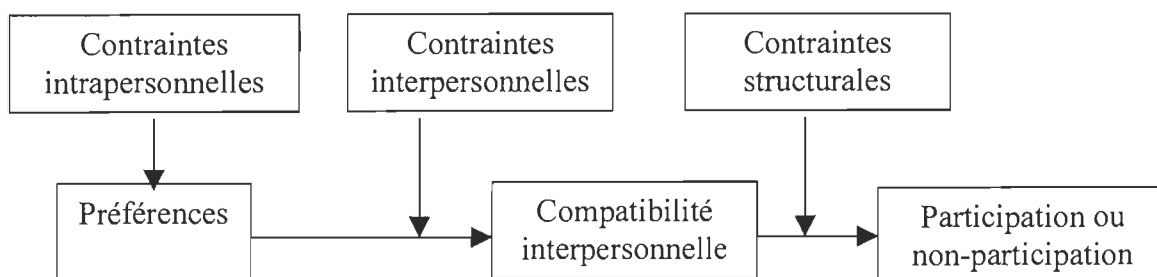


Figure 6. Modèle hiérarchique des contraintes en loisir (Crawford et al., 1991).

Le premier niveau de contrainte proposé par Crawford et al. (1991) est intrapersonnel. Les contraintes intrapersonnelles sont les états psychologiques et les attributs des individus qui interagissent davantage avec les préférences en loisir des individus qu'entre les préférences et la participation (Crawford et Godbey, 1987). Des exemples de contraintes intrapersonnelles incluent le stress, la dépression, la religion, l'anxiété, la perception de ses habiletés et une évaluation subjective de la convenance de différentes activités de loisir. Selon ces auteurs, la formation des préférences en loisir se produit à la suite de la négociation ou à cause de l'absence de contraintes intrapersonnelles.

C'est seulement lorsque les contraintes intrapersonnelles ont été surmontées que les individus peuvent percevoir un autre niveau de contraintes : les contraintes interpersonnelles. Les contraintes interpersonnelles sont décrites par Crawford et Godbey (1987) comme « le résultat de l'interaction interpersonnelle ou la relation entre les caractéristiques individuelles ». Les individus peuvent subir des contraintes interpersonnelles s'ils sont incapables de trouver un partenaire ou un ami avec qui participer à une activité de loisir. En fait, ce type de contraintes s'applique même lorsque les gens avec qui nous aimerions participer à une activité donnée ne peuvent participer à cause de leurs propres contraintes. Les contraintes interpersonnelles interagissent avec les préférences et, ensuite, avec la participation aux activités de loisir qui se pratiquent avec d'autres gens.

Finalement, une fois les contraintes interpersonnelles surpassées, l'individu doit faire face aux contraintes structurales, le type de contraintes qui a été le plus étudié dans les recherches dans le domaine du loisir. Les contraintes structurales sont les facteurs qui interviennent entre les préférences en loisir et la participation (Crawford et Godbey, 1987). Les ressources financières, le temps disponible et les opportunités sont des exemples de contraintes structurales. Selon le modèle, l'absence ou l'élimination des contraintes structurales va mener à la participation. Ainsi, d'après ces auteurs, la

participation passe par un processus d'élimination ou de négociation des contraintes. Tant que les trois niveaux de contraintes ne sont pas surpassés, l'individu ne participera pas à une activité de loisir. De plus, surpasser les contraintes intrapersonnelles semble être la condition nécessaire pour qu'un individu développe ou ait une préférence pour une activité de loisir.

Pour les fins de l'étude, nous avons légèrement modifié le modèle hiérarchique des contraintes de Crawford, Jackson et Godbey (1991). En effet, en ce qui a trait aux contraintes structurales, nous avons cru bon de distinguer les contraintes relatives, mais indirectes à l'individu de celles qui sont plus orientées vers les structures. Ainsi, une nouvelle catégorie de contraintes – les contraintes indirectes – viendrait s'ajouter au modèle. À titre d'exemples, on pourrait retrouver dans ce type de contraintes le manque de temps, le manque d'argent et le manque d'équipement. Les contraintes structurales représenteraient davantage les obstacles dus à des éléments extérieurs à l'individu, comme le manque d'installations pour pratiquer un loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services, ainsi que l'endroit où sont situées les installations (trop loin). Le modèle hiérarchique des contraintes révisé est illustré à la figure 7.

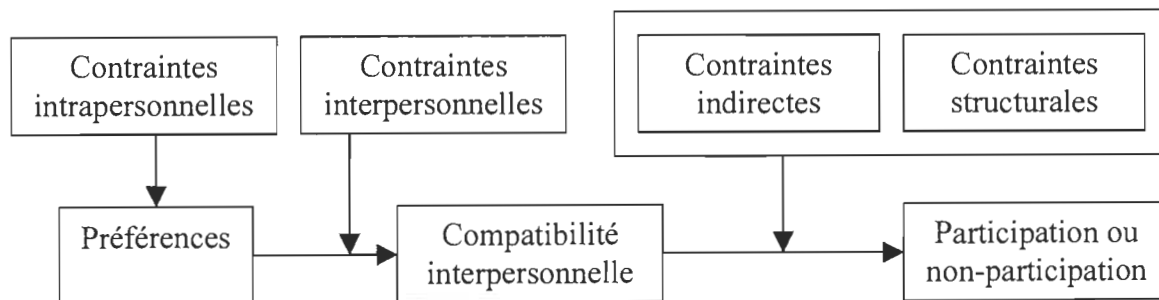


Figure 7. Modèle hiérarchique des contraintes en loisir révisé.

En parcourant les études sur les contraintes en loisir, il a été possible de constater que les types de contraintes relevés par celles-ci s'inscrivaient soit dans les contraintes



intrapersonnelles, interpersonnelles ou structurales, confirmant ainsi la conceptualisation de Crawford et al. (1991). À titre d'information, le tableau 2 affiche les catégories de contraintes relevées par différents auteurs dans la littérature ainsi que le type de contraintes auquel elles s'associent selon le modèle révisé de Crawford et al. (1991). Il est à noter que l'examen du contenu de chaque catégorie de contraintes a permis de sélectionner les items les plus utilisés. Ce sont ces items qui ont été choisis à titre d'exemples dans le questionnaire (le questionnaire est placé à l'Annexe A).

Tableau 2

Catégories de contraintes relevées par différents auteurs dans la littérature ainsi que le type de contrainte auquel elles s'associent selon le modèle hiérarchique des contraintes en loisir révisé

<b>Catégories</b>	<b>Auteurs</b>	<b>Catégories correspondantes selon le modèle de Crawford et al. (1991)</b>
Intrapersonnelle	Hubbard & Mannell, 2001	Intrapersonnelle
Interpersonnelle	Hubbard & Mannell, 2001	Interpersonnelle
Structurale	Hubbard & Mannell, 2001	Structurale
Individuelle/psychologique	Carroll & Alexandris, 1997	Intrapersonnelle
Manque de connaissances	Carroll & Alexandris, 1997	Intrapersonnelle
Installations/services	Carroll & Alexandris, 1997	Structurale
Accessibilité	Carroll & Alexandris, 1997	Structurales ou indirecte
Finances	Carroll & Alexandris, 1997	Indirecte
Manque de partenaires	Carroll & Alexandris, 1997	Interpersonnelle
Temps	Carroll & Alexandris, 1997	Indirecte
Manque d'intérêt	Carroll & Alexandris, 1997	Intrapersonnelle
Argent	Kay & Jackson, 1991	Indirecte
Temps	Kay & Jackson, 1991	Indirecte
Famille	Kay & Jackson, 1991	Interpersonnelle
Transport	Kay & Jackson, 1991	Structurale ou indirecte
Travail	Kay & Jackson, 1991	Indirecte
Santé	Kay & Jackson, 1991	Intrapersonnelle
Contraintes de temps	Jackson, 1988	Indirecte
Obligations envers les autres	Jackson, 1988	Interpersonnelle
Manque d'aptitudes ou d'habiletés	Jackson, 1988	Intrapersonnelle
Facteur économique	Jackson, 1988	Indirecte
Manque d'installations et de programmes	Jackson, 1988	Structurale
Problèmes avec les installations existantes	Jackson, 1988	Structurale
Manque de partenaires	Jackson, 1988	Interpersonnelle
Raisons personnelles	Jackson, 1988	Intrapersonnelle
Localisation géographique	Jackson, 1988	Structurale
Transport	Jackson, 1988	Structurale

(Suite du tableau 2)

Manque ou perte d'intérêt/changement de comportement	Jackson, 1988	Intrapersonnelle
Peur du crime/problèmes de sécurité	Jackson, 1988	Intrapersonnelle
Problèmes de programmation et processus décisionnel	Jackson, 1988	Structurale et Intrapersonnelle
Contraintes personnelles et sociales	Ouellet & Soubrier, 1989	Intrapersonnelle
Obligations et engagements	Ouellet & Soubrier, 1989	Interpersonnelle
Contraintes externes	Ouellet & Soubrier, 1989	Structurale
Manque de temps à cause du travail	Shaw, Bonen & McCabe, 1991	Indirecte
Pas d'installations à proximité	Shaw, Bonen & McCabe, 1991	Structurale
Manque de temps à cause d'autres activités de loisirs	Shaw, Bonen & McCabe, 1991	Indirecte
Manque d'énergie	Shaw, Bonen & McCabe, 1991	Intrapersonnelle
Demande trop de discipline	Shaw, Bonen & McCabe, 1991	Intrapersonnelle
Coûts trop élevés	Shaw, Bonen & McCabe, 1991	Indirecte
Blessure ou handicap	Shaw, Bonen & McCabe, 1991	Intrapersonnelle
Mauvaise santé	Shaw, Bonen & McCabe, 1991	Intrapersonnelle
Manque d'habiletés nécessaires	Shaw, Bonen & McCabe, 1991	Intrapersonnelle
Inadéquation des installations disponibles	Shaw, Bonen & McCabe, 1991	Structurale
Accessibilité	Hultsman, 1995	Structurale
Isolation sociale	Hultsman, 1995	Intrapersonnelle et interpersonnelle
Raisons personnelles	Hultsman, 1995	Intrapersonnelle
Coûts	Hultsman, 1995	Indirecte
Temps	Hultsman, 1995	Indirecte
Installations	Hultsman, 1995	Structurale
Contraintes externes	Francken & van Raij, 1981	Structurale
Contraintes internes	Francken & van Raij, 1981	Intrapersonnelle

(Suite du tableau 2)

Manque de temps	Mueller et al. (1962)	Indirecte
Coûts, trop dispendieux	Mueller et al. (1962)	Indirecte
Mauvaise santé, vieillesse	Mueller et al. (1962)	Intrapersonnelle
Obligations familiales	Mueller et al. (1962)	Interpersonnelle
Manque d'installations	Mueller et al. (1962)	Structurale
Pas de voiture	Mueller et al. (1962)	Structurale ou indirecte
Manque d'équipement	Mueller et al. (1962)	Structurale ou indirecte
Contraintes individuelles	Backman (1991)	Intrapersonnelle
Contraintes sociales	Backman (1991)	Interpersonnelle
Coût	Backman (1991)	Indirecte
Transport	Backman (1991)	Structurale
Promotion	Backman (1991)	Structurale
Manque d'intérêt	McGuire & O'Leary (1992)	Intrapersonnelle
Manque de temps	McGuire & O'Leary (1992)	Indirecte
Manque d'argent	McGuire & O'Leary (1992)	Indirecte
Manque d'installations	McGuire & O'Leary (1992)	Structurale
Manque d'habiletés	McGuire & O'Leary (1992)	Intrapersonnelle

Le modèle hiérarchique de Crawford et al. (1991) semble suggérer que les contraintes exercent une influence directe sur les intérêts de loisir. Dans cette perspective, la relation entre les contraintes en loisir et les intérêts de loisir devrait être négative. De plus, la relation devrait être plus fortement négative lorsqu'il est question de contraintes proximales. Aussi, il semble que les contraintes soient en lien avec la notion de besoins de la théorie de l'autodétermination. À titre de rappel, la théorie de l'autodétermination mentionne que pour qu'une personne soit autodéterminée, elle doit combler ses besoins de compétence, d'appartenance sociale et d'autonomie. Ainsi, la négociation des contraintes intrapersonnelles semble être en lien avec le besoin de compétence (idée des capacités individuelles), la négociation des contraintes interpersonnelles touche le besoin d'appartenance sociale (nécessité d'avoir des partenaires) et la négociation des contraintes indirectes et structurales pourrait combler le besoin d'autonomie (idée que le contexte ne permet pas au participant de pratiquer son activité favorite). On peut donc penser que c'est seulement lorsqu'un individu réussit à surpasser les quatre type de contraintes mentionnées qu'il peut être motivé de

façon autodéterminée et s'orienter vers ses intérêts de loisir. Dans cette optique, les contraintes en loisir seraient des marqueurs des besoins fondamentaux nommés par Deci et Ryan (1985, 1991) et ceux-ci devraient avoir une influence sur la motivation contextuelle.

Une étude récente de Carroll et Alexandris (1997) confirme cette idée. Dans cette étude, les auteurs notent un lien entre la force de la motivation et les types de contraintes. Non seulement la corrélation entre la force de la motivation et les contraintes est-elle négative, mais elle est aussi plus forte quand les contraintes sont proximales (c.-à-d., intrapersonnelles). Les résultats de Carroll et Alexandris (1997) offrent donc un appui empirique pour le modèle indirect qui propose que les contraintes en loisir peuvent avoir un impact sur la motivation contextuelle. Cette relation pourra être vérifiée dans le cadre de ce mémoire puisque la motivation sera mesurée ainsi que les contraintes en loisir. Par conséquent, une double hypothèse est faite en lien avec les contraintes en loisir. Tout d'abord, nous supposons que les contraintes en loisir vont influencer négativement la motivation d'un individu par rapport à un intérêt de loisir. De plus, nous supposons que les contraintes davantage proximales (c.-à-d., intrapersonnelles et interpersonnelles) seront corrélées négativement plus fortement avec un style de motivation autodéterminé que les contraintes davantage distales (c.-à-d., indirectes et structurales).

Maintenant que la dynamique entre les construits à l'étude dans ce mémoire a été expliquée, nous allons effectuer un survol de la notion d'intérêt de loisir.

#### 2.4. Les intérêts de loisir

En 1992, dans le cadre d'une étude sur la mesure des intérêts en loisir, Beard et Ragheb décrivent les intérêts comme des indicateurs de ce que les gens souhaitent faire, des préférences pour des activités de loisir. En lien avec cette définition, le *Grand*

*dictionnaire de la psychologie* (1999) définit un intérêt comme une variable hypothétique qui rend compte de la disposition positive plus ou moins intense des individus à l'égard des divers objets de l'environnement, ainsi que de leurs dispositions à l'égard d'activités, de professions et de domaines de connaissances divers. Selon cette même source, la notion d'intérêt serait proche des notions d'attitude et de motivation intrinsèque. Pelletier et al. (1996) démontrent d'ailleurs que plus un individu est autodéterminé, plus ses intérêts de loisir sont élevés. Un intérêt est donc une forme d'attraction, une préférence pour une activité quelconque. Il a de l'importance aux yeux d'un individu et, conséquemment, peut servir de principe directeur dans les comportements et les choix des individus au niveau des loisirs et aussi dans d'autres aspects de la vie.

#### 2.4.1. Modification des intérêts d'un individu dans le temps

Safran (1969) mentionne que les intérêts changent à partir de l'enfance jusqu'à l'âge adulte. En effet, avec l'effet du temps, on pourrait croire que les intérêts tendent à devenir stables, mais ils peuvent toujours être influencés par les expériences d'une personne, ses passe-temps, ses activités à l'école ou au travail, ses objets d'études, ses activités et ses interactions avec les gens significatifs à ses yeux. Ainsi, il n'est pas rare qu'un consultant ou un éducateur fasse passer des tests d'intérêts à ses clients plusieurs fois puisque les intérêts sont sujets au changement. Or, si la personne qui consulte apprend à connaître ses valeurs, ses contraintes en loisir et le type de motivation globale qui la gouverne face au loisir, elle sera sans doute plus attentive et alerte à ses changements d'intérêt et plus en mesure de modifier elle-même ses choix d'activités de loisir en fonction de ce qu'elle souhaite et de ce qui la satisfait, puisque qu'elle connaîtra également les principes et les liens qui sous-tendent ces concepts.

#### 2.4.2. Types d'intérêts de loisir

Selon Safran (1969), il existe trois types d'intérêts. Les *intérêts exprimés* forment le premier type d'intérêt (*expressed interest*). Ce sont les intérêts qu'une personne peut verbaliser en terme de spécificité, de niveau et de préférence. Par exemple, une personne peut dire qu'elle est très intéressée par le basket-ball et le volley-ball de compétition, mais qu'elle préfère le volley-ball. Le second type concerne ce que Safran appelle les *intérêts manifestes* (*manifest interests*). Selon lui, une personne peut exprimer ses intérêts, non pas en mots, mais en actions, à travers sa participation dans diverses activités. Par exemple, une personne peut se joindre à une chorale, à un club de sciences, etc. Ses loisirs et son implication dans des associations avec d'autres personnes, dans des clubs d'activités quelconques et autres organisations sont des moyens pour la personne de manifester ses intérêts. Finalement, il y a les *intérêts inventoriés* (*inventoried interest*). On peut mesurer les intérêts d'une personne à travers ses réponses à diverses questions concernant ce qu'elle aime et n'aime pas, et en ordonnant ses préférences pour certains groupes d'activités. Ces questions sont souvent regroupées dans ce que l'on appelle un inventaire d'intérêts. C'est de ce type d'intérêts dont il sera question dans cette étude.

#### 2.4.3. Inventaires d'intérêts de loisir

Selon Safran (1969), les inventaires d'intérêts auraient trois fonctions. En premier lieu, ils serviraient à confirmer les intérêts exprimés, c'est-à-dire les intérêts que l'on peut verbaliser en terme de spécificité, de niveau et de préférence. En second lieu, ils stimuleraient la pensée à propos des occupations. Par exemple, ils peuvent aider le répondant à prendre conscience des activités qu'il pratique et des activités qu'il aimerait pratiquer et lui donner des idées à propos de ses possibilités dans le domaine du loisir. Finalement, ils servent à procurer des informations à l'individu afin de l'aider dans le processus de prise de décision.

Plusieurs chercheurs se sont penchés sur le développement d'inventaires d'intérêts spécifiques au loisir ou sur leur catégorisation (p.ex., Kaplan, 1960 ; De Grazia, 1962 ; Proctor, 1962 ; Bishop, 1970 ; Witt, 1971 ; McKechnie, 1974 ; Ritchie, 1975 ; Howard, 1976 ; Allen, 1982 ; Rosenthal & Rosenthal, 1983 ; Stangl, 1991 ; Beard & Ragheb, 1992 ; Olsson, 1992 ; Robert, Granger, Breault, Brunette & Rosenthal, 1992 ; Argyle, 1996 ; Hansen, 1998 ; Lane, Montgomery & Cashel, 1998). Ces travaux ont été réalisés selon diverses approches, et, bien qu'ils aient été faits minutieusement, il semble que les auteurs et chercheurs n'arrivent pas à un consensus. Par exemple, certains inventaires sont très longs à compléter tandis que d'autres ne sont disponibles que si l'on débourse de l'argent. Aussi, les inventaires d'intérêts de loisir ne mesurent pas tous les mêmes intérêts. Il n'existe donc ni inventaire ni approche dans la mesure des intérêts de loisir qui fasse l'unanimité, bien que plusieurs inventaires aient de nombreux points en commun. Le tableau 3 présente une recension des catégories d'intérêts élaborées par différents auteurs.

Tableau 3

Recension des différentes catégories d'intérêts en loisir avec les auteurs associés.

<b>Catégories d'intérêts</b>	<b>Auteurs</b>
Actif versus passif	- De Grazia (1962) - Proctor (1962) - Ritchie (1975)
Activités de plein-air	- Hansen (1998) - Proctor (1962)
Activités domestiques	- Robert, Granger, Breault, Brunette & Rosenthal (1992)
Activités paroissiales	- Argyle (1996) - Robert, Granger, Breault, Brunette & Rosenthal (1992) - Rosenthal & Rosenthal (1983)
Adolescent	- Witt (1971)
Animaux	- Olsson (1992)



(Suite du tableau 3)

Art	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beard &amp; Ragheb (1992)</li> <li>- Hansen (1998)</li> <li>- Kaplan (1960)</li> <li>- Lane, Montgomery &amp; Cashel (1998)</li> <li>- Olsson (1992)</li> <li>- Stangl (1991)</li> </ul>
Artisanat	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hansen (1998)</li> <li>- Olsson (1992)</li> <li>- Robert, Granger, Breault, Brunette &amp; Rosenthal (1992)</li> </ul>
Aventure	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hansen (1998)</li> <li>- McKechnie (1974)</li> </ul>
Bénévolat	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Argyle (1996)</li> <li>- Beard &amp; Ragheb (1992)</li> <li>- Hansen (1998)</li> <li>- Lane, Montgomery &amp; Cashel (1998)</li> <li>- Ritchie (1975)</li> </ul>
Chasse et pêche	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hansen (1998)</li> </ul>
Collection	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hansen (1998)</li> </ul>
Conventionnel	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stangl (1991)</li> </ul>
Cuisine	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hansen (1998)</li> </ul>
Culture	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Allen (1982)</li> <li>- Beard &amp; Ragheb (1992)</li> <li>- Hansen (1998)</li> <li>- Lane, Montgomery &amp; Cashel (1998)</li> <li>- Robert, Granger, Breault, Brunette &amp; Rosenthal (1992)</li> <li>- Rosenthal &amp; Rosenthal (1983)</li> </ul>
Danse	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hansen (1998)</li> <li>- Olsson (1992)</li> </ul>
Divertissement	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Olsson (1992)</li> </ul>
Entrepreneur	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Stangl (1991)</li> </ul>
Esthétisme et raffinement	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Witt (1971)</li> <li>- Howard (1976)</li> </ul>
Extérieur	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Allen (1982)</li> <li>- Beard &amp; Ragheb (1992)</li> <li>- De Grazia (1962)</li> <li>- Howard (1976)</li> <li>- Lane, Montgomery &amp; Cashel (1998)</li> <li>- Olsson (1992)</li> <li>- Witt (1971)</li> </ul>

(Suite du tableau 3)

Individuel versus groupe	- Ritchie (1975)
Intellectuel	- Allen (1982) - McKechnie (1974)
Intérieur	- De Grazia (1962)
Investigateur	- Stangl (1991)
Jardinage	- Hansen (1998)
Jeux	- Hansen (1998) - Kaplan (1960) - Olsson (1992) - Rosenthal & Rosenthal (1983)
Lecture	- Argyle (1996) - Beard & Ragheb (1992) - Hansen (1998) - Lane, Montgomery & Cashel (1998)
Manuel	- Hansen (1998) - McKechnie (1974) - Olsson (1992)
Mécanique	- Allen (1982) - Beard & Ragheb (1992) - Lane, Montgomery & Cashel (1998) - McKechnie (1974)
Mode	- Hansen (1998)
Mouvement versus immobilité	- Kaplan (1960)
Musique	- Argyle (1996) - Olsson (1992)
Nature	- Allen (1982) - Howard (1976) - Witt (1971)
Ordinateur	- Hansen (1998)
Participant versus spectateur	- De Grazia (1962)
Passe-temps	- Argyle (1996) - Rosenthal & Rosenthal (1983)
Physique	- Beard & Ragheb (1992) - Lane, Montgomery & Cashel (1998)
Réaliste	- Stangl (1991)
Sensations fortes	- Robert, Granger, Breault, Brunette et Rosenthal (1992)
Simple versus difficile	- Ritchie (1975)

(Suite du tableau 3)

Sports	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Allen (1982)</li> <li>- Argyle (1996)</li> <li>- Hansen (1998)</li> <li>- Howard (1976)</li> <li>- Kaplan (1960)</li> <li>- McKechnie (1974)</li> <li>- Olsson (1992)</li> <li>- Robert, Granger, Breault, Brunette &amp; Rosenthal (1992)</li> <li>- Rosenthal &amp; Rosenthal (1983)</li> <li>- Witt (1971)</li> </ul>
Sports nautiques	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Allen (1982)</li> <li>- Proctor (1962)</li> </ul>
Social	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Argyle (1996)</li> <li>- Beard &amp; Ragheb (1992)</li> <li>- De Grazia (1962)</li> <li>- Hansen (1998)</li> <li>- Kaplan (1960)</li> <li>- Lane, Montgomery &amp; Cashel (1998)</li> <li>- Robert, Granger, Breault, Brunette et Rosenthal (1992)</li> <li>- Rosenthal &amp; Rosenthal (1983)</li> <li>- Stangl (1991)</li> <li>- Witt (1971)</li> </ul>
Solitaire	<ul style="list-style-type: none"> <li>- De Grazia (1962)</li> </ul>
Télévision	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Argyle (1996)</li> </ul>
Théâtre	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Olsson (1992)</li> </ul>
Vacances et tourisme	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Argyle (1996)</li> </ul>
Voyages	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hansen (1998)</li> <li>- Rosenthal &amp; Rosenthal (1983)</li> </ul>

En constatant le nombre et la diversité des catégories d'intérêts de loisirs recensées dans la littérature, nous avons cru bon de créer une synthèse des catégories d'intérêts de loisir. Pour ce faire, nous nous sommes basés sur les catégories des auteurs mentionnées ci-haut. Les plus populaires ont été sélectionnées et, par souci

d'exhaustivité, d'autres ont été ajoutées (p.ex., intérêt pour les animaux). 18 catégories d'intérêts de loisir ont ainsi été créées<sup>1</sup>. Elles sont présentées dans le tableau 4.

Tableau 4

Nouvelles catégories d'intérêts de loisir.

1. Activités artistiques	10. Sports de groupe
2. Activités culturelles	11. Bénévolat
3. Relations sociales	12. Jeux
4. Lecture	13. Activités spirituelles
5. Activités de collection	14. Activités manuelles
6. Activités éducationnelles et scientifiques	15. Sports individuels
7. Sports extrêmes	16. Télévision
8. Activités de plein-air	17. Voyages
9. Animaux	18. Activités religieuses

Ce sont donc chacun de ces intérêts de loisir que nous cherchons à prédire selon les deux modèles proposés au début de ce mémoire. Le lecteur retrouvera un résumé des hypothèses liées à ces modèles dans la prochaine section.

## 2.5. Retour sur les deux modèles et hypothèses de recherche

Comme nous l'avons mentionné auparavant, il semble qu'il soit possible d'établir des liens directs entre les valeurs, la motivation, les contraintes en loisir et les intérêts de loisir. La littérature ne paraît cependant pas abonder en ce sens. Il semble effectivement exister peu de preuves empiriques pour soutenir ce modèle.

Si l'on considère que les valeurs et les contraintes s'insèrent dans le modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque tel que suggéré précédemment,

<sup>1</sup> Voir le questionnaire à l'Annexe A pour une définition de ces intérêts de loisir

nous sommes en mesure de penser que ces variables puissent s'articuler avec la motivation autodéterminée pour prédire les intérêts. La figure 8 présente à nouveau le modèle dynamique de prédiction des intérêts de loisir suggéré.

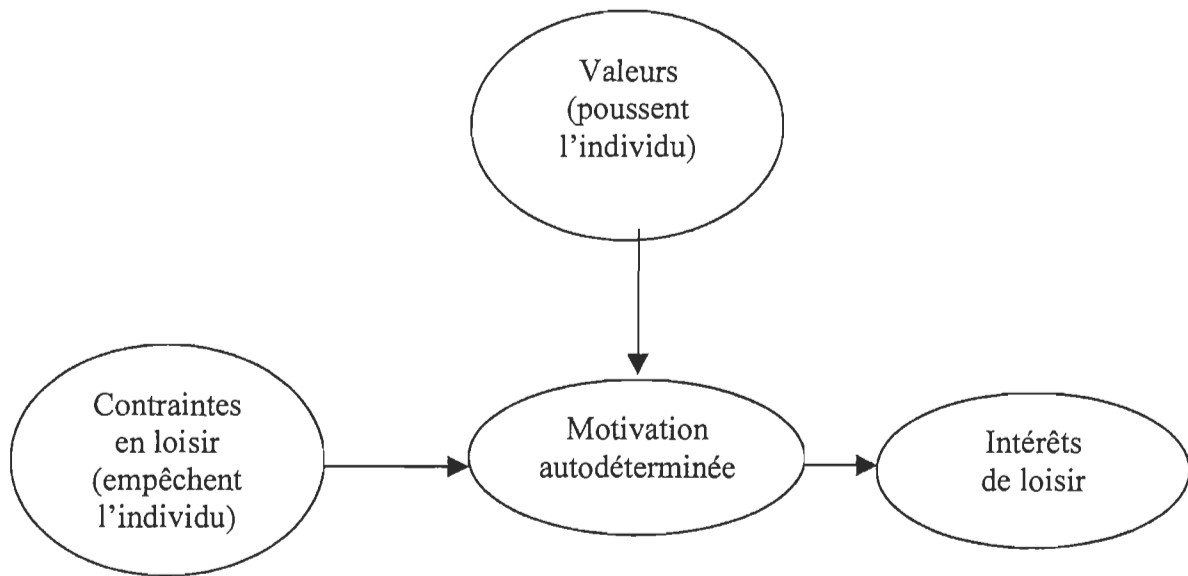


Figure 8. Modèle dynamique (indirect) de prédiction des intérêts en loisir.

Dans cette optique, la motivation autodéterminée face à une activité de loisir prédit l'intérêt pour l'activité de loisir en question (hypothèse 1). Selon le modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque de Vallerand (1997), les valeurs feraient partie de la personnalité (motivation globale) d'un individu. Tel que mentionné dans ce modèle, la motivation globale d'un individu peut avoir un effet descendant sur la motivation se situant juste au-dessous, soit la motivation contextuelle. Tel que suggéré précédemment, la motivation contextuelle mènerait aux intérêts de loisir. Les valeurs seraient donc des facteurs qui influencent la motivation d'un individu pour une activité de loisir donnée (hypothèse 2). On peut penser que la relation entre les valeurs et la motivation autodéterminée contextuelle sera positive (puisque l'on suppose que les valeurs poussent l'individu vers ses intérêts de loisir via celle-ci) (hypothèse 3). Les contraintes, quant à elles, influenceront la motivation contextuelle d'une activité de loisir

donnée car on peut tracer un parallèle entre les contraintes en loisir et la perception de compétence de l'individu, de son sentiment d'appartenance sociale et de sa perception d'autonomie. Elles seraient des facteurs qui nuisent ou empêchent l'individu à être motivé à se diriger vers ses intérêts de loisir (hypothèse 4). On peut donc penser que la relation entre les contraintes en loisir et la motivation sera négative. De plus, les contraintes davantage proximales devraient être corrélées négativement plus fortement avec un style de motivation autodéterminé (hypothèse 5) compte tenu des travaux de Crawford et al. (1991). En somme, l'impact des valeurs et des contraintes sur les intérêts sera médiatisé par la motivation autodéterminée (hypothèse 6).

### 3. Méthodologie

#### 3.1. Participants

Les données de cette étude ont été recueillies à l'aide d'un questionnaire auprès de 202 étudiants de nationalité québécoise de niveau universitaire (130 femmes et 72 hommes). La moyenne d'âge des répondants est de 23,9 ans.

#### 3.2. Procédure

L'ensemble des questionnaires (voir l'Annexe A pour un exemple du questionnaire) a été administré par une expérimentatrice auprès d'étudiants universitaires. Ces derniers ont été invités à répondre au questionnaire lors d'un cours universitaire. La participation des étudiants était volontaire. Lorsque la situation le permettait, les étudiants répondaient au questionnaire lors du cours, sinon ils le faisaient à la suite du cours. Le questionnaire était auto-administré. En cas de besoin, l'expérimentatrice donnait des informations supplémentaires nécessaires à la compréhension des répondants. De façon générale, les étudiants mettaient environ 30 minutes pour compléter le questionnaire. Étant donnée le nombre élevé de questions compris dans le questionnaire, le temps moyen requis pour y répondre est relativement court. Il ne faut cependant pas oublier que le questionnaire a été administré à une population étudiante de niveau universitaire, donc à des gens qui ont l'habitude de répondre à de multiples questions. La collecte des données s'est effectuée du mois de mai au mois de septembre 2002.

Il est à noter que des sections du questionnaire comportent seulement un item pour mesurer un construit (intérêts de loisir, motivation dans les loisir et contraintes en

loisir). En effet, étant donnée la longueur potentielle du questionnaire, nous avons pensé qu'il était préférable de diminuer le nombre de questions afin de réduire la fatigue et la monotonie pour les répondants. À titre informatif, si nous avions fait compléter les échelles de mesure en entier, le détail du nombre de questions aurait ressemblé à ceci : 54 questions pour les intérêts de loisir (en supposant 3 items pour chacun des 18 intérêts de loisir), 504 questions pour l'échelle de motivation vis-à-vis des loisirs pour chacun des intérêts de loisir (18 intérêts de loisir X 28 items), 57 questions pour mesurer les valeurs (57 items) et 288 questions pour mesurer les contraintes en loisir (4 types de contraintes X 18 intérêts de loisir X 4 items par sous-échelles), pour un total de 903 questions. Il est évident que le nombre de questions aurait été trop élevé.

C'est presque devenu une maxime en psychométrie que plus il y a d'items dans les mesures « auto-rapportées » de construits psychologiques, meilleure est la mesure. Or, cette recommandation est basée sur l'idée qu'une échelle de mesure est composée d'un échantillonnage aléatoire d'items de tous les items indexant le construit qui intéresse un chercheur. En réalité, les mesures auto-rapportées ne sont pas construites de cette manière. Les chercheurs créent plutôt, ou presque toujours, des items basés directement sur leur propre explication du construit à l'étude (Hinkin, 1995). Inévitablement, certains items sont meilleurs que d'autres.

Notant ces fondements psychométriques, il est possible qu'un « bon » item soit meilleur que plusieurs items « mauvais » lorsque l'on évalue les critères de fidélité et de validité. Un problème majeur qui se pose avec les échelles de type Likert est que toute démonstration empirique d'une relation entre des mesures semblables peut être attribuée, du moins partiellement, à la variance commune émanant d'une même méthode (Williams, Cote & Buckley, 1989). Les items sont sensés mesurer des construits différents, mais reliés, qui ont un contenu similaire et un format de réponse à l'échelle identique, causant une fausse relation, à un certain degré (Williams, Cote & Buckley, 1989).



Dépendant des circonstances particulières, les échelles à un item comportent certains avantages potentiels :

- a) elles résultent en une plus grande force statistique dans les analyses de régression modérées (Aguinis, 1995; Russell & Bobko, 1992) ;
- b) elles sont moins longues à concevoir que les échelles de type Likert (puisque'il y a moins d'items à valider) ;
- c) le temps nécessaire pour répondre au questionnaire est moins long (puisque le répondant doit répondre à un moins grand nombre d'items) ;
- d) elles réduisent la monotonie inhérente aux questionnaires que les répondants complètent.

Des comparaisons ont été faites entre les échelles de mesure traditionnelles et les échelles à un item et aucune des deux n'est plus adéquate que l'autre. Les deux démontrent des points forts et des biais statistiques (Gardner, Cummings & Pierce, 1998). Selon Russell, Weiss et Mendelson (1989), lorsque le temps de passation, la fatigue et la nécessité de développer une nouvelle mesure se font sentir, et il semble être de mise d'utiliser des échelles à un item. Dans le cas présent, les étudiants interrogés mettaient en moyenne 30 minutes pour répondre aux 273 questions du questionnaire. Combien de temps auraient-ils mis pour répondre à 903 questions? L'utilisation de mesures à un item semblait donc appropriée dans le cas présent.

### 3.3. Mesures

*Valeurs.* Pour les fins de cette étude nous avons utilisé la version française du *Schwartz Value Survey* (Gendre et al., 1992). Cette échelle vise à connaître les valeurs des répondants. Elle compte 57 items et permet de mesurer les valeurs suivantes : le pouvoir social, la réalisation, l'hédonisme, la stimulation, l'autonomie, la maturité, la bienveillance, la tradition, le conformisme et la sécurité. L'échelle de réponse est de

type Likert et elle s'étend de -1 (à inscrire lorsque la valeur énoncée est opposée aux principes qui guident le répondant) à 7 (à inscrire lorsque la valeur mentionnée est d'importance suprême pour le répondant).

*Mesure des intérêts de loisir.* Cette section du questionnaire permet de mesurer l'intérêt du répondant pour 18 catégories d'activités de loisir : activités artistiques, activités culturelles, relations sociales, lecture, collection, activités éducationnelles et scientifiques, sports extrêmes, activités de plein-air, animaux, sports de groupe, bénévolat, jeux, activités spirituelles, activités manuelles, sports individuels, télévision, voyages et activités religieuses. Le répondant doit indiquer, sur une échelle allant de 0 (aucun intérêt) à 6 (intérêt très fort), jusqu'à quel point ce type d'activité l'intéresse. Afin de faciliter la compréhension des activités comprises dans une catégorie, une courte définition de ce qu'est la catégorie ainsi que trois exemples d'activités s'y rattachant dans le questionnaire<sup>2</sup>.

*Échelle de motivation vis-à-vis des loisirs* (adapté par Pelletier et al., 1996). Cette mesure comporte sept sous-échelles : motivation intrinsèque (MI) à la stimulation, MI à la connaissance, MI à l'accomplissement, motivation extrinsèque (ME) identifiée, ME introjectée, ME par régulation externe et amotivation. Chaque sous-échelle compte quatre items, pour un total de 28 items. Puisque nous devons mesurer la motivation pour chacun des intérêts de loisir, nous avons choisi de sélectionner un item par sous-échelle afin de mesurer la motivation des répondants pour chacun des intérêts de loisir. Cette stratégie a d'ailleurs été utilisée avec succès par Benjamin et Perreault (2001). Les différents types de motivation ont donc été mesurés par les items suivants : la MI à la stimulation : « Parce que cette activité me permet de « tripper » énormément » ; la MI à la connaissance : « Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses » ; la MI à l'accomplissement : « Pour le plaisir de me surpasser

---

<sup>2</sup> Nous désirons faire remarquer au lecteur qu'il est possible que les répondants aient été influencés dans leurs réponses par les exemples donnés.

pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi » ; ME identifiée : « Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard » ; ME introjectée : « Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e » ; ME par régulation externe : « Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique » et amotivation : « Honnêtement, je ne le sais pas ; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité ». Pour chaque intérêt, le répondant devait inscrire, sur une échelle d'évaluation allant de 1 (pas du tout en accord) à 7 (tout à fait en accord), jusqu'à quel point il est en accord avec chacun des énoncés relatifs aux types de motivation.

*Mesure des contraintes en loisir.* Cette mesure vise à identifier les barrières qui empêchent ou restreignent la participation du répondant à des activités de loisir. Une courte définition des quatre types de contraintes est présentée (contraintes intrapersonnelles, interpersonnelles, indirectes et structurales), suivie de trois exemples pour chaque type de contraintes afin de faciliter la compréhension du répondant<sup>3</sup>. Pour chaque activité de loisir mentionnée précédemment, le répondant doit identifier, sur une échelle allant de 0 (n'est pas du tout une contrainte) à 4 (est tout à fait une contrainte), jusqu'à quel point chaque type de contraintes empêche ou limite sa participation.

---

<sup>3</sup> Nous désirons faire remarquer au lecteur qu'il est possible que les répondants aient été influencés dans leurs réponses par les exemples donnés.

#### 4. Résultats

Les résultats de cette étude seront présentés dans l'ordre suivant. Tout d'abord, la consistance interne de chaque valeur sera calculée afin de vérifier la fidélité du questionnaire des valeurs de Gendreau et al. (1992). Dans un second temps, nous nous attarderons au modèle hiérarchique des contraintes en loisir de Crawford et al. (1991) à l'aide d'analyses descriptives et corrélationnelles. Il est à noter que, dans cette section, une seule matrice de corrélations des types de contraintes sera présentée à titre d'exemple, les autres étant placées en Annexes vu leur nombre considérable. Cependant, l'auteure commentera l'ensemble des matrices compte tenu de la stabilité des résultats. Par la suite, nous vérifierons, à l'aide de corrélations, si un continuum d'autodétermination est présent au niveau de la motivation contextuelle pour une activité de loisir donnée. Tout comme pour la section précédente, une seule matrice de corrélations sera présentée à titre d'exemple. L'auteure effectuera également un résumé de l'ensemble des matrices. Finalement, nous testerons les modèles direct et indirect de prédiction des intérêts de loisir afin de déterminer quel est le meilleur modèle expliquant le processus d'éducation au loisir.

##### 4.1. Le modèle des valeurs de Schwartz

Le tableau 5 présente la moyenne et l'écart-type ainsi que la consistance interne pour chaque valeur. Bien que la consistance interne pour l'ensemble des valeurs soit plus ou moins élevée (0,47 à 0,74), il est à noter que les résultats ressemblent beaucoup à ceux obtenus par Sagiv et Schwartz (1995). Aussi, ce profil de valeurs des étudiants ressemble beaucoup à ce que l'on pourrait s'attendre de gens de ce groupe d'âge. En effet, il est peu surprenant que des étudiants universitaires dont la moyenne d'âge se situe à environ 24 ans démontrent une importance marquée face à certaines valeurs comme l'hédonisme, la bienveillance et l'autonomie. En effet, le profil des valeurs des

étudiants universitaires confirme la vision sociale que l'on a souvent d'eux : ils veulent faire la fête, s'affranchir de leurs parents et changer le monde.

Tableau 5

Moyenne, écart-type et consistance interne obtenus pour chaque valeur.

Valeurs	x	$\sigma$	$\alpha$
Conformisme	4,44	0,93	0,63
Tradition	2,69	1,08	0,47
Bienveillance	4,93	0,90	0,68
Maturité	4,32	0,96	0,73
Autonomie	4,70	0,93	0,54
Stimulation	4,19	1,35	0,74
Hédonisme	4,93	1,06	0,63
Réalisation	4,32	1,08	0,63
Pouvoir social	2,07	1,35	0,69
Sécurité	3,98	1,09	0,70

Note : l'ordre de présentation des valeurs suit celui de la structure prototypique de Schwartz.

#### 4.2. Le modèle hiérarchique des contraintes en loisir de Crawford et al. (1991)

Le tableau 6 présente les moyennes et les écart-types des contraintes en loisir associés à un intérêt de loisir donné. De façon générale, les contraintes indirectes, c'est-à-dire les obstacles dus à des éléments qui touchent l'individu indirectement (p.ex., le manque de temps, le manque d'argent et le manque d'équipement), représentent le type

de contraintes le plus perçu en moyenne. Il est aussi à noter que pour les sports de groupe et pour les jeux, ce sont les contraintes interpersonnelles qui sont le plus élevées en moyenne. Ces résultats concordent avec d'autres études qui ont étudié les contraintes. En effet, dans la plupart des études sur les loisirs, les principales raisons mentionnées pour ne pas pratiquer une activité de loisir sont souvent relatives au temps (p.ex., Mannell et Zuzanek, 1991; Raymore, Godbey, Crawford et von Eye, 1993) et à l'argent (p.ex., Raymore, Godbey, Crawford et von Eye, 1993). Pour ce qui est des sports de groupe et des jeux, ce sont des loisirs qui sont habituellement pratiqués en compagnie d'autres personnes. Ce patron de résultats suggère que les participants ont bien compris la notion de contraintes telle que présentée dans cette étude.

Tableau 6  
Moyennes et écart-types des contraintes en loisir pour chaque intérêt de loisir

Contraintes / Intérêts de loisir	Activités artistiques		Activités culturelles		Relations sociales	
	$\bar{x}$	$\sigma$	$\bar{x}$	$\sigma$	$\bar{x}$	$\sigma$
Contraintes intrapersonnelles	1,41	1,32	0,49	0,91	0,35	0,77
Contraintes interpersonnelles	1,37	1,30	1,60	1,30	1,79	1,34
Contraintes indirectes	2,37	1,39	2,74	1,30	2,17	1,45
Contraintes structurales	1,21	1,26	1,22	1,26	0,60	0,97
	Lecture		Collection		Activités éducationnelles et scientifiques	
	$\bar{x}$	$\sigma$	$\bar{x}$	$\sigma$	$\bar{x}$	$\sigma$
Contraintes intrapersonnelles	0,64	1,07	1,44	1,63	1,31	1,30
Contraintes interpersonnelles	0,67	1,10	0,73	1,28	1,54	1,30
Contraintes indirectes	1,83	1,43	1,62	1,61	2,23	1,32
Contraintes structurales	0,28	0,73	0,59	1,16	1,67	1,36
	Sports extrêmes		Plein-air		Animaux	
	$\bar{x}$	$\sigma$	$\bar{x}$	$\sigma$	$\bar{x}$	$\sigma$
Contraintes intrapersonnelles	1,89	1,55	0,80	1,10	0,87	1,24
Contraintes interpersonnelles	1,93	1,34	1,87	1,33	0,99	1,27
Contraintes indirectes	2,89	1,36	2,40	1,37	1,78	1,47
Contraintes structurales	2,24	1,46	1,67	1,35	1,02	1,33

(Suite du tableau 6)

<b>Contraintes / intérêts de loisir</b>	<b>Sports de groupe</b>		<b>Bénévolat</b>		<b>Jeux</b>	
	<b>x</b>	<b>σ</b>	<b>x</b>	<b>σ</b>	<b>x</b>	<b>σ</b>
Contraintes intrapersonnelles	1,24	1,42	1,01	1,30	0,76	1,18
Contraintes interpersonnelles	2,25	1,34	1,61	1,39	1,54	1,34
Contraintes indirectes	2,10	1,37	2,08	1,50	1,48	1,37
Contraintes structurales	1,23	1,27	0,76	1,10	0,49	0,92
	<b>Activités spirituelles</b>		<b>Activités manuelles</b>		<b>Sports individuels</b>	
	<b>x</b>	<b>σ</b>	<b>x</b>	<b>σ</b>	<b>x</b>	<b>σ</b>
Contraintes intrapersonnelles	1,47	1,59	1,89	1,47	1,04	1,27
Contraintes interpersonnelles	1,20	1,41	1,18	1,25	1,32	1,32
Contraintes indirectes	1,57	1,53	2,18	1,30	2,17	1,38
Contraintes structurales	0,89	1,28	0,98	1,20	1,09	1,33
	<b>Télévision</b>		<b>Voyages</b>		<b>Activités religieuses</b>	
	<b>x</b>	<b>σ</b>	<b>x</b>	<b>σ</b>	<b>x</b>	<b>σ</b>
Contraintes intrapersonnelles	0,18	0,62	0,60	1,06	1,21	1,55
Contraintes interpersonnelles	0,74	1,16	2,12	1,41	0,94	1,36
Contraintes indirectes	1,58	1,43	3,56	0,94	1,11	1,49
Contraintes structurales	0,23	0,61	1,47	1,57	0,74	1,27

Note : l'ordre de présentation des intérêts de loisir est celui qui a été utilisé dans le questionnaire tandis que l'ordre de présentation des contraintes en loisir est celui dans lequel les contraintes en loisir doivent être négociées pour mener à la participation.



Afin de vérifier la structure du modèle hiérarchique des contraintes en loisir de Crawford et al. (1991), nous avons réalisé des corrélations entre les quatre types de contraintes de chacun des intérêts de loisir. La matrice de corrélations pour les activités artistiques est présentée au tableau 7, à titre d'exemple. Les matrices de corrélations pour les autres intérêts de loisir sont placées à l'Annexe B étant donné leur nombre important.

Tableau 7

Matrices de corrélations des contraintes en loisir pour l'intérêt activités artistiques

	CAART	CEART	CIART	CSART
CAARTIST	-			
CEARTIST	,00	-		
CIARTIST	-,04	,42**	-	
CSARTIST	,01	,24**	,17**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note: ART= activités artistiques ; CA= contraintes intrapersonnelles ; CE= contraintes interpersonnelles ; CI= contraintes individuelles ; CS= contraintes structurales.

Pour l'ensemble des matrices de corrélations, la taille des corrélations va généralement de faible à modérée. Chaque type de contraintes semble donc indépendant des autres, ce qui paraît confirmer le modèle hiérarchique des contraintes en loisir de Crawford et al. (1991).

On remarque cependant des corrélations plus ou moins fortes selon que les contraintes sont « internes » ou « externes » à l'individu. Ainsi, de façon générale, les contraintes interpersonnelles, indirectes et structurales (que l'on pourrait appeler

contraintes « externes ») corrèlent entre elles tandis que les contraintes intrapersonnelles (que l'on pourrait appeler « internes ») ne sont pas corrélées avec les contraintes externes, confirmant ainsi leur nature spécifique. Cette constatation semble se généraliser pour l'ensemble des contraintes liées aux 18 activités de loisir énoncées dans ce mémoire. Les matrices de corrélations effectuées semblent donc soutenir autant le modèle hiérarchique des contraintes en loisir que l'idée selon laquelle les contraintes en loisir se divisent en deux catégories, soit les contraintes « internes » et les contraintes « externes ».

La mise à l'épreuve ultérieure des modèles directs et indirects permettra de d'infirmer ou de confirmer les prédictions liées à la négociation des contraintes du modèle hiérarchique des contraintes en loisir de Crawford et al. (1991).

#### 4.3. Le continuum d'autodétermination

Selon la théorie de l'autodétermination (Deci & Ryan, 1985; 1991), les différents types de motivation devraient se situer sur un continuum. Tel que mentionné précédemment, le continuum d'autodétermination présente plusieurs types de motivation, passant par l'absence de motivation, la motivation extrinsèque jusqu'à la motivation intrinsèque. Il affiche une gradation de l'autodétermination. Une façon de vérifier cette conceptualisation de la motivation est d'effectuer des analyses corrélationnelles entre les types de motivation afin de déterminer s'il y a présence ou non d'un patron simplex.

Si un patron simplex est présent, on devrait noter des corrélations positives entre les types de motivation adjacents sur le continuum. Par contre, plus les types de motivation sont éloignés sur le continuum, plus les corrélations devraient être faibles ou négatives. Par exemple, on peut penser que, s'il y a présence du continuum d'autodétermination, la corrélation entre l'absence de motivation et la régulation externe devrait

être positive, tandis que les corrélations entre l'amotivation et les formes de motivation intrinsèques devraient être (fortement) négatives.

Le tableau 8 présente les résultats pour les activités artistiques. Les matrices de corrélations pour les autres activités de loisir sont placées la l'Annexe C, étant donné leur nombre important.

Tableau 8

Matrices de corrélations de la motivation pour l'intérêt activités artistiques

	AMART	REART	RIART	RIDART	MISART	MIAART	MICART
AMART	-						
REART	,05	-					
RIART	-,01	,38**	-				
RIDART	-,39**	,31**	,20**	-			
MISART	-,59**	,09	,10	,35**	-		
MIAART	-,42**	,32**	,17*	,45**	,53**	-	
MICART	-,65**	,02	,09	,42**	,57**	,55**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : AM= amotivation ; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée ; RID= régulation identifiée ; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation ; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement ; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance : ART= activités artistiques.

Les corrélations pour les activités artistiques ne démontrent pas clairement l'existence du continuum d'autodétermination. En fait, la présence de ce dernier est davantage visible dans les extrémités du continuum. Ainsi, pour les activités artistiques

(et les autres activités de loisir), on remarque que les corrélations entre les différents types de motivation intrinsèque et la régulation identifiée sont significatives et moyennement fortes (allant de 0,35 à 0,57 pour les activités artistiques). Les corrélations entre les trois types de motivation intrinsèque, la régulation identifiée et l'amotivation sont négatives et moyennement fortes (allant de -0,65 à -0,39 pour les activités artistiques). La présence du continuum semble floue au centre de la matrice. En effet, on ne s'attend pas à ce que la motivation intrinsèque à l'accomplissement corrèle significativement et positivement avec la régulation externe (0,32). Par conséquent, ces résultats remettent en question la présence du continuum d'autodétermination. Il est à noter que ces résultats ne sont pas spécifiques aux activités artistiques. Cette interprétation s'applique à l'ensemble des activités de loisir de cette étude.

Compte tenu de cette situation, nous avons réalisé des analyses factorielles à l'aide d'une rotation Varimax afin de mieux comprendre de quelle façon la motivation s'articule. Dans 13 cas sur 18, les analyses ont clairement révélé la présence de deux facteurs identiques : la motivation autodéterminée (c.-à-d., par plaisir et par choix) et la motivation non-autodéterminée (c.-à-d., la régulation externe et l'introjection). À titre d'exemple, le tableau suivant présente la distribution des deux facteurs pour les types de motivation liés aux activités artistiques.

Tableau 9

Distribution des facteurs de la motivation pour les activités artistiques.

Motivation / facteurs	1	2
MIC	0,86	-
Amotivation	-0,84	-
MIS	0,81	-
MIA	0,70	0,36
RID	0,58	0,42
RE	-	0,86
RI	-	0,74
Valeur de Eigen	3,07	1,47
Proportion de la variance expliquée	43,88	20,93
A	0,83	0,52

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement ; MIC=motivation intrinsèque à la connaissance ; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation ; RE = régulation externe ; RI= régulation introjectée ; RID= régulation identifiée.

Dans le cas des activités artistiques, le premier facteur regroupe les trois types de motivation intrinsèque (à la connaissance, à la stimulation et à l'accomplissement), l'amotivation (relation négative) et la régulation identifiée. La composition des facteurs pour les autres activités de loisir est présentée en Annexe (D) vu leur nombre important. La plupart du temps (13 cas sur 18), le premier facteur est composé des trois types de motivation intrinsèque, de l'amotivation (coefficient de saturation négatif) et de la régulation identifiée. Par contre, dans 5 cas sur 13, il arrive que la motivation intrinsèque à l'accomplissement et l'amotivation se retrouvent dans le second facteur<sup>4</sup>.

<sup>4</sup> Le contenu des facteurs n'est pas toujours le même pour les différents intérêts de loisir. Il est donc difficile de comparer ces deux indices d'une activité à l'autre.

Suite à ces analyses, nous avons calculé la moyenne et l'écart-type des deux facteurs de motivation pour chaque intérêt de loisir. On remarque que la moyenne des scores obtenus pour la motivation intrinsèque est supérieure à celle obtenue pour la motivation extrinsèque pour la plupart des intérêts de loisir. L'intérêt de loisir pour les jeux, pour lequel le score moyen de la motivation intrinsèque est légèrement inférieur à celui de la motivation extrinsèque, et la télévision sont les seules exceptions à cette interprétation. Bien que nous ayons utilisé un seul item pour chaque type de motivation, ces résultats concordent avec ceux obtenus par Pelletier et al. (1996). Ces résultats sont présentés dans le tableau 10.

Tableau 10

Moyennes et écarts-types des deux facteurs de motivation pour chaque intérêt de loisir

Types de motivation / Activités de loisir	Activités éducationnelles et scientifiques					
	Activités artistiques		Sports extrêmes			
	x	$\sigma$	x	$\sigma$	x	$\sigma$
MA (AM (-), MIA, MIC, MIS, RID)	4,78	1,44	4,90	1,43	4,48	1,70
MNA (RE, RI)	2,07	1,15	2,05	1,21	2,44	1,50
Types de motivation / Activités de loisir	Plein-air		Animaux		Sports de groupe	
	x	$\sigma$	x	$\sigma$	x	$\sigma$
MA (AM (-), MIA, MIC, MIS, RID)	4,95	1,39	3,33	1,42	4,88	1,59
MNA (RE, RI)	2,35	1,55	1,59	0,91	2,74	1,62
Types de motivation / Activités de loisir	Bénévolat		Activités spirituelles		Activités manuelles	
	x	$\sigma$	x	$\sigma$	x	$\sigma$
MA (AM (-), MIA, MIC, MIS, RID)	4,31	1,49	3,06	1,68	4,11	1,53
MNA (RE, RI)	2,28	1,43	1,40	0,89	2,03	1,20

(Suite du tableau 10)

Types de motivation / Activités de loisir	Sports individuels		Voyages		Activités religieuses	
	x	$\sigma$	x	$\sigma$	x	$\sigma$
MA (AM (-), MIA, MIC, MIS, RID)	4,87	1,39	5,86	1,20	2,34	1,30
MNA (RE, RI)	2,52	1,61	4,47	1,03	1,26	0,80
Types de motivation / Activité de loisir	Collection					
	x	$\sigma$				
MA (AM (-), MIA, MIC, MIS, RID)	2,14	1,19				
MNA (RE, RI)	1,25	0,54				
Types de motivation / Activités de loisir	Activités culturelles		Relations sociales		Lecture	
	x	$\sigma$	x	$\sigma$	x	$\sigma$
MA (AM (-), MIC, MIS, RID)	5,26	1,14	5,27	1,12	5,30	1,35
MNA (MIA, RE, RI)	2,15	1,12	2,46	1,26	2,08	0,92
Types de motivation / Activité de loisir	Jeux					
	x	$\sigma$				
MA (MIA, MIC, MIS, RID)	3,23	1,49				
MNA (AM, RE, RI)	3,39	0,98				



(Suite du tableau 10)

Types de motivation / Activité de loisir	Télévision	
	$\bar{x}$	$\sigma$
MA (MIA, MIC, MIS, RE, RID)	3,00	1,04
MNA (AM, RI)	4,46	1,23

---

Note : AM= amotivation ; MA = motivation autodéterminée ; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement ; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance ; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation ; MNA = motivation non-autodéterminée ; RE= régulation externe ; RI= régulation introjectée ; RID= régulation identifiée.

#### 4.4. Les intérêts de loisir

Le tableau 11 présente les moyennes et les écart-types des 18 intérêts de loisir. De façon générale, les intérêts de loisir varient considérablement. Les intérêts de loisir qui ont obtenu le score moyen le plus élevé sont les voyages (5,10) et les relations sociales (4,91), tandis que ceux qui ont obtenu le score moyen le moins élevé sont les activités religieuses (0,99) et les activités de collection (1,05). Ces résultats sont peu surprenants étant donné la population auprès de laquelle cette étude a été réalisée. En effet, on peut facilement s'attendre à ce que des étudiants universitaires dont l'âge moyen est de près de 24 ans aient un intérêt de loisir marqué pour les voyages et les relations sociales. En général, les gens de cet âge sont animés par le désir de voir le monde et de connaître d'autres cultures et le réseau social est d'une importance considérable pour eux. Il n'est pas non plus étonnant que les activités religieuses et de collection ne soient pas au sommet des intérêts de loisir de cette population. On note une perte d'intérêt pour la religion au Québec depuis quatre décennies (Larouche et Ménard, 2001) tandis que collectionner semble être une activité solitaire qui nécessite généralement des ressources financières importantes (Muensterberger, 1995 ; Rheims, 1981). Compte tenu de la réalité sociale du Québec et de la réalité socio-économique des étudiants, il n'est pas surprenant de constater que l'intérêt pour ces deux activités n'est pas élevé.

Bien que nous voulions prédire chaque intérêt de loisir spécifiquement, nous avons tout de même réalisé une analyse factorielle avec une rotation Varimax des intérêts de loisir afin de vérifier s'il était possible d'en réduire la structure. Bien que l'analyse révèle la présence de sept facteurs d'intérêts de loisir, la consistance interne de chaque facteur n'est pas très élevée (0,29 à 0,72). Ce résultat peut porter à croire que les intérêts de loisir sont indépendants les uns des autres. Malgré cela, nous avons choisi de présenter les résultats en terme de facteurs dans le but d'identifier des récurrences au

niveau des items composant les différents facteurs. Ces résultats sont présentés au tableau 11.

Tableau 11

Moyennes, écart-types et regroupement factoriel des 18 intérêts de loisir

<b>Facteurs</b>	<b>Intérêts de loisir</b>	<b>x</b>	<b><math>\sigma</math></b>
1 ( $\alpha=0,72$ )	Sports extrêmes	2,85	2,11
	Sports individuels	3,79	1,72
	Activités de plein-air	4,16	1,65
	Sports de groupe	3,73	2,02
2 ( $\alpha=0,43$ )	Collection	1,05	1,39
	Jeux	3,30	1,74
	Télévision	4,24	1,46
3 ( $\alpha=0,49$ )	Animaux	3,06	1,87
	Activités manuelles	2,77	1,78
4 ( $\alpha=0,54$ )	Activités culturelles	4,38	1,31
	Voyages	5,10	1,37
	Activités artistiques	4,24	1,49

(Suite du tableau 11)

5 ( $\alpha=0,49$ )	Activités religieuses	0,99	1,37
	Activités spirituelles	1,90	1,86
6 ( $\alpha=0,49$ )	Activités éducationnelles et scientifiques	3,36	1,65
	Lecture	4,11	1,47
7 ( $\alpha=0,29$ )	Bénévolat	2,96	1,64
	Relations sociales	4,91	1,09

Passons maintenant à l'examen des modèles direct et indirect de prédiction des intérêts de loisir selon chaque intérêt de loisir. Afin de tester ces deux modèles, nous avons effectué des analyses de régression. Dans le cas du modèle direct, nous avons entré l'ensemble des prédicteurs (c.-à-d., les valeurs, les deux types de motivation et les quatre types de contraintes) simultanément, tandis que pour le modèle indirect, nous avons effectué trois analyses de régression. Dans un premier temps, nous avons effectué la même genre de régression que pour le modèle direct. Suite à cette régression, nous avons vérifié si la motivation intrinsèque ou extrinsèque était le meilleur prédicteur d'un intérêt donné. Lorsque c'était le cas, nous avons refait l'analyse de régression en utilisant seulement le type de motivation qui prédisait l'intérêt en question. Dans un deuxième temps, nous avons tenté de prédire la motivation à l'aide des valeurs et des contraintes en loisir (l'entrée de ces variables dans l'équation était simultanée). Nous avons également organisé les résultats concernant les intérêts de loisir en fonction de la structure factorielle établie lors des analyses préliminaires.

Tableau 12

Test des modèles direct et indirect de prédiction des intérêts de loisir

<b>Facteurs</b>	<b>Intérêts de loisir</b>	<b>Modèle direct Poids bêta ( <math>\beta</math> )</b>	<b>Modèle indirect Poids bêta</b>
1	Sports extrêmes	V (stimulation) : 0,17 C (intra) : -0,17 MA : 0,58	V→MA : -0,17 (autonomie) V→MA : 0,39 (stimulation) C→MA: -0,32 (intra) C→MA: 0,19 (indirectes) MA→I : 0,81
	Sports Individuels	V : - C : - MA : 0,72	V→MA: - C→MA: -0,28 (intra) MA→I: 0,75
	Activités de plein-air	V : - C : - MA : 0,57	V→MA : 0,34 (stimulation) C→MA : -0,24 (intra) MA→I : 0,66
	Sports de groupe	V (autonomie) : -0,12 C (intra) : -0,29 MA : 0,61	V→MA : -0,27 (autonomie) V→MA : 0,19 (stimulation) C→MA : -0,42 (intra) C→MA : 0,20 (indirectes) MA→I : 0,78

(Suite du tableau 12)

<b>Facteurs</b>	<b>Intérêts de loisir</b>	<b>Modèle direct Poids bêta ( <math>\beta</math> )</b>	<b>Modèle indirect Poids bêta</b>
2	Collection	V (bienveillance): -0,15 C : -  MA : 0,62	V→MA : - C→MA : -0,21 (intra) C→MA : 0,32 (indirectes) MA→I : 0,65
	Jeux	V : - C (intra): -0,14 C (inter) : 0,15 MA : 0,46	V→MA: 0,18 (hédonisme) C→MA: -0,15 (intra)  MA→I: 0,60
	Télévision	V: 0,17 (hédonisme)  C: - MA: 0,33	V→MA: -0,20 (stimulation) V→MA: 0,20 (hédonisme) C→MA : - MA→I : 0,35
3	Animaux	V : - C (intra) : -0,27 C (indirectes) : 0,17 C (structurales) : -0,13 MA : 0,58	V→MA : -0,27 (réalisation) C→MA : -0,21 (intra) C→MA : 0,23 (indirectes) C→MA : 0,16 (structurales) MA→I : 0,64

(Suite du tableau 12)

<b>Facteurs</b>	<b>Intérêts de loisir</b>	<b>Modèle direct Poids bêta ( <math>\beta</math> )</b>	<b>Modèle indirect Poids bêta ( <math>\beta</math> )</b>
3 (suite)	Activités manuelles	V : - C : (intra) : -0,19  MA : 0,72	V→MA : - C→MA : -0,26 (intra) C→MA : 0,22 (indirectes) MA→I : 0,77
4	Activités culturelles	V (tradition) : -0,47  C (intra) : -0,19 MA : 0,46	V→MA : -0,22 (sécurité) V→MA : 0,17 (autonomie) V→MA : 0,22 (réalisation) C→MA : 0,22 (structurales) MA→I : 0,57
	Voyages	V : 0,18 (autonomie) C : -0,21 (intra) MA : 0,61	V→MA : 0,17 (maturité) C→MA : - MA→I : 0,67
	Activités artistiques	V (autonomie) : 0,14 C (intra): -0,17  MA: 0,58	V→MA : 0,19 (autonomie) C→MA : -0,32 (intra) C→MA : 0,25 (indirectes) MA→I: 0,72

(Suite du tableau 12)

<b>Facteurs</b>	<b>Intérêts de loisir</b>	<b>Modèle direct Poids bêta ( <math>\beta</math> )</b>	<b>Modèle indirect Poids bêta ( <math>\beta</math> )</b>
5	Activités religieuses	V : 0,25 (tradition) C : - MA : 0,56	V→MA : 0,37 (tradition) V→MA : -0,20 (hédonisme) C→MA : - MA→I : 0,69
	Activités spirituelles	V : - C : - MA : 0,72	V→MA (tradition) : 0,21 C→MA : -0,20 (intra) MA→I : 0,74
6	Activités éducationnelles et scientifiques	V : - C : - MA : 0,62	V→MA: 0,24 (maturité) C→MA : -0,25 (intra) MA→I : 0,69
	Lecture	V (autonomie) : 0,17 C (intra) : -0,24 MA : 0,59	V→MA : 0,26 (autonomie) V→MA: -0,23 (sécurité) C→MA: - MA→I: 0,66



<b>Facteurs</b>	<b>Intérêts de loisir</b>	<b>Modèle direct Poids bêta ( <math>\beta</math> )</b>	<b>Modèle indirect Poids bêta ( <math>\beta</math> )</b>
7	Bénévolat	V (bienveillance) : 0,24 V (stimulation) : 0,15 V (hédonisme) : -0,13 C : -0,15 (intra) MA : 0,54	V→MA : 0,22 (tradition) V→MA : -0,18 (hédonisme)  C→MA : -0,16 (intra) MA→I : 0,66
	Relations sociales	V (réalisation) : 0,21 C : - MA : 0,50	V→MA : - C→MA : -0,17 (intra) MA→I : 0,53

Note : C = contraintes ; indirectes = contraintes indirectes ; inter = contraintes interpersonnelles ; intra = contraintes intrapersonnelles ; MA = motivation autodéterminée ; V = valeurs. Tous les poids Beta présentés dans ce tableau sont plus petits ou égaux à 0,05. Il en est de même pour les équations de régression associées à ceux-ci.

## Intérêts de loisir saturant sur le facteur 1

### *Sports extrêmes*

La valeur stimulation ( $\beta = 0,17$ ,  $p < 0,05$ ), les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,17$ ,  $p < 0,05$ ) et la motivation autodéterminée pour les sports extrêmes ( $\beta = 0,58$ ,  $p < 0,05$ ) prédisent significativement l'intérêt pour les sports extrêmes lorsque l'on teste l'effet direct de chacune des variables à l'étude sur l'intérêt pour les sports extrêmes. Par contre, lorsque l'on teste le modèle indirect, on note que l'autonomie ( $\beta = -0,17$ ,  $p < 0,05$ ), la stimulation ( $\beta = 0,39$ ,  $p < 0,05$ ), les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,32$ ,  $p < 0,05$ ) et les contraintes indirectes ( $\beta = 0,19$ ,  $p < 0,05$ ) prédisent la motivation autodéterminée pour les sports extrêmes. La motivation autodéterminée pour les sports extrêmes ( $\beta = 0,81$ ,  $p < 0,05$ ) prédit, quant à elle, l'intérêt de loisir pour les sports extrêmes. Fait étonnant ici, la relation entre les contraintes indirectes et la motivation autodéterminée pour les sports extrêmes est positive, ce qui suggère que plus un individu perçoit de contraintes indirectes, plus il sera motivé de façon autodéterminée face à cet intérêt de loisir.

### *Sports individuels*

Lorsque l'on examine les effets directs des variables à l'étude dans ce mémoire sur l'intérêt pour les sports individuels, le seul prédicteur significatif des sports individuels est la motivation autodéterminée pour les sports individuels ( $\beta = 0,72$ ,  $p < 0,05$ ). Aucune valeur ni contrainte ne prédit l'intérêt pour les sports individuels directement. Par contre, lorsque l'on examine l'effet indirect des valeurs et des contraintes en loisir sur l'intérêt pour les sports individuels, on remarque que les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,28$ ,  $p < 0,05$ ) prédisent la motivation autodéterminée pour cette activité et qu'en retour, celle-ci prédit l'intérêt pour les sports individuels ( $\beta = 0,75$ ,  $p < 0,05$ ).

### *Plein-air*

Tout comme dans le cas des sports individuels, la motivation autodéterminée pour le plein air est la seule variable qui prédit directement l'intérêt pour le plein air ( $\beta = 0,57$ ,  $p < 0,05$ ). Dans le cas du modèle indirect, la stimulation ( $\beta = 0,34$ ,  $p < 0,05$ ) et les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,24$ ,  $p < 0,05$ ) sont des prédicteurs significatifs de la motivation autodéterminée pour cette activité, qui elle, en retour, prédit l'intérêt de loisir pour le plein-air ( $\beta = 0,66$ ,  $p < 0,05$ ).

### *Sports de groupe*

L'autonomie ( $\beta = -0,12$ ,  $p < 0,05$ ), les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,29$ ,  $p < 0,05$ ) et la motivation autodéterminée pour les sports de groupe ( $\beta = 0,61$ ,  $p < 0,05$ ) sont tous des prédicteurs significatifs de l'intérêt de loisir pour les sports de groupe lorsque l'on utilise un modèle direct de prédiction. Il est à noter que ces résultats suggèrent que plus une personne est autonome, moins elle aura d'intérêt pour les sports de groupe. L'autonomie ( $\beta = -0,27$ ,  $p < 0,05$ ), la stimulation ( $\beta = 0,19$ ,  $p < 0,05$ ), les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,42$ ,  $p < 0,05$ ) et les contraintes indirectes ( $\beta = 0,20$ ,  $p < 0,05$ ) prédisent significativement la motivation autodéterminée dans le modèle indirect de prédiction de l'intérêt pour les sports de groupe. La motivation autodéterminée par la suite prédit cet intérêt de loisir ( $\beta = 0,78$ ,  $p < 0,05$ ). Encore une fois, il semble que plus un individu perçoit de contraintes indirectes à pratiquer cette activité de loisir, plus il est motivé de façon autodéterminée face à celle-ci.

Pour l'ensemble des items sous-jacents à ce facteur, la motivation autodéterminée pour l'activité en question est le meilleur prédicteur des intérêts de loisir, tant dans le modèle direct qu'indirect. Il ne se dégage pas du modèle direct une valeur marquante en tant que prédicteur des intérêts de loisir. Les contraintes intrapersonnelles sont présentes dans deux cas sur quatre en tant que prédicteurs des intérêts de loisir. Dans le modèle indirect, la stimulation est sans doute la valeur la plus importante dans la prédiction de la motivation autodéterminée face à ces intérêts de loisir puisqu'elle revient dans trois cas sur quatre. Les contraintes intrapersonnelles, quant à elles, prédisent la motivation autodéterminée dans chacun des cas.

## Intérêts de loisir saturant sur le facteur 2

### *Activités de collection*

La bienveillance est une valeur qui prédit négativement les activités de collection dans le modèle direct ( $\beta = -0,15$ ,  $p < 0,05$ ), tandis que la motivation autodéterminée pour les activités de collection prédit positivement ces dernières ( $\beta = 0,62$ ,  $p < 0,05$ ). Ainsi, plus un individu est bienveillant, moins il sera attiré par les activités de collection et plus sa motivation est autodéterminée pour cette activité, plus il y aura un intérêt élevé pour celle-ci. Lorsque le modèle indirect est utilisé afin de prédire l'intérêt pour les activités de collection, aucune valeur ne prédit la motivation autodéterminée pour cette activité de loisir. Cette dernière est cependant prédite par les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,21$ ,  $p < 0,05$ ) et les contraintes indirectes ( $\beta = 0,32$ ,  $p < 0,05$ ) et, en retour, la motivation autodéterminée pour cette activité prédit significativement l'intérêt de loisir pour les activités de collection ( $\beta = 0,65$ ,  $p < 0,05$ ). Une fois de plus, la relation positive entre les contraintes indirectes et la motivation autodéterminée pour les activités de collection proposent que plus un individu perçoit de contraintes indirectes, plus il sera motivé de façon autodéterminée à pratiquer celles-ci.

### *Jeux*

Les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,14$ ,  $p < 0,05$ ), les contraintes interpersonnelles ( $\beta = 0,15$ ,  $p < 0,05$ ) et la motivation autodéterminée pour les jeux ( $\beta = 0,46$ ,  $p < 0,05$ ) sont des prédicteurs directs de l'intérêt de loisir pour les jeux. L'hédonisme ( $\beta = 0,18$ ,  $p < 0,05$ ) et les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,15$ ,  $p < 0,05$ ) prédisent la motivation autodéterminée pour cette activité de loisir dans le modèle indirect, qui, elle, prédit ( $\beta = 0,60$ ,  $p < 0,05$ ) l'intérêt de loisir pour les jeux.

### *Télévision*

L'hédonisme ( $\beta = 0,17$ ,  $p < 0,05$ ) et la motivation autodéterminée pour la télévision ( $\beta = 0,33$ ,  $p < 0,05$ ) sont les seules variables qui sont associées directement à l'intérêt de loisir pour la télévision. La stimulation ( $\beta = -0,20$ ,  $p < 0,05$ ) et l'hédonisme ( $\beta = 0,20$ ,  $p < 0,05$ ) quant à elles sont des prédicteurs significatifs de la motivation

autodéterminée pour la télévision dans le modèle indirect. De plus, la motivation autodéterminée pour cette activité prédit l'intérêt de loisir pour la télévision ( $\beta = 0,35$ ,  $p < 0,05$ ). Il semble que les contraintes ne soient pas un bon prédicteur de l'intérêt de loisir pour la télévision, que ce soit pour un modèle ou pour l'autre.

En somme, les prédicteurs des intérêts de loisir faisant partie de ce facteur paraissent variés dans le modèle direct. Il semble par contre que l'hédonisme soit la valeur qui prédise indirectement le plus souvent les intérêts de loisir faisant partie de ce facteur. Finalement, la motivation autodéterminée pour une activité de loisir donnée est sans contredit le meilleur prédicteur des intérêts de loisir faisant partie de ce facteur, tant dans le modèle direct qu'indirect.

Intérêts de loisir saturant sur le facteur 3

#### *Animaux*

Dans le modèle direct de prédiction des intérêts de loisir pour les animaux, les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,27$ ,  $p < 0,05$ ), les contraintes indirectes ( $\beta = 0,17$ ,  $p < 0,05$ ), les contraintes structurales ( $\beta = -0,13$ ,  $p < 0,05$ ) ainsi que la motivation autodéterminée pour la catégorie de loisir animaux ( $\beta = 0,58$ ,  $p < 0,05$ ) sont les prédicteurs significatifs. Il semble, une fois de plus, que plus un individu perçoit de contraintes indirectes, plus il aura de l'intérêt pour les activités de loisir relatives aux animaux. Dans le modèle indirect, la réalisation ( $\beta = -0,27$ ,  $p < 0,05$ ) s'ajoute aux contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,21$ ,  $p < 0,05$ ), aux contraintes indirectes ( $\beta = 0,23$ ,  $p < 0,05$ ) et aux contraintes structurales ( $\beta = 0,16$ ,  $p < 0,05$ ) pour prédire la motivation autodéterminée pour ce loisir. Cette dernière prédit l'intérêt de loisir pour les animaux ( $\beta = 0,64$ ,  $p < 0,05$ ). La relation négative entre la réalisation et la motivation autodéterminée pour la catégorie de loisir animaux suggère que moins la réalisation a d'importance pour un individu, plus il sera enclin à faire des activités de loisir en lien avec les animaux. De plus, les relations positives entre les contraintes indirectes et la motivation autodéterminée, et les contraintes structurales et la motivation autodéterminée laissent entendre que plus une personne perçoit ces types

de contraintes, plus sa motivation sera autodéterminée face à cette activité de loisir sera élevée.

#### *Activités manuelles*

Les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,19$ ,  $p < 0,05$ ) et la motivation autodéterminée pour les activités manuelles ( $\beta = 0,72$ ,  $p < 0,05$ ) prédisent directement les intérêts de loisir celles-ci. Dans le modèle indirect de prédiction des intérêts de loisir pour les activités manuelles, les prédicteurs significatifs de la motivation autodéterminée pour ce type de loisir sont les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,26$ ,  $p < 0,05$ ) et les contraintes indirectes ( $\beta = 0,22$ ,  $p < 0,05$ ), alors que la motivation autodéterminée pour ce type de loisir prédit cet intérêt de loisir ( $\beta = 0,77$ ,  $p < 0,05$ ). Une fois de plus, on observe une relation positive entre les contraintes indirectes et la motivation autodéterminée pour l'activité en question. On peut donc penser que plus un individu perçoit ce type de contraintes, plus il sera motivé de façon autodéterminée à réaliser des activités manuelles. On remarque également qu'aucune valeur ne prédit quoique ce soit, dans un modèle ou dans l'autre.

En résumé, on peut remarquer qu'aucune valeur ne prédit les intérêts faisant partie de ce facteur. Les contraintes intrapersonnelles semblent cependant jouer un rôle important à ce niveau. On retrouve exactement le même phénomène dans le cas du modèle indirect. Encore une fois, dans un modèle comme dans l'autre, la motivation autodéterminée est le meilleur prédicteur des intérêts de loisir.

Intérêts de loisir saturant sur le facteur 4

#### *Activités culturelles*

Les résultats des analyses du modèle direct de prédiction indiquent que la tradition ( $\beta = -0,17$ ,  $p < 0,05$ ), les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,19$ ,  $p < 0,05$ ) et la motivation autodéterminée pour les activités culturelles ( $\beta = 0,46$ ,  $p < 0,05$ ) sont des prédicteurs significatifs de l'intérêt pour celle-ci. Il est à noter que la valeur tradition prédit négativement l'intérêt de loisir pour les activités culturelles. On peut donc penser que plus la tradition compte pour un individu, moins il sera intéressé par les

activités culturelles. Dans le modèle indirect de prédiction des activités culturelles, la sécurité ( $\beta = -0,22$ ,  $p < 0,05$ ), l'autonomie ( $\beta = 0,17$ ,  $p < 0,05$ ), la réalisation ( $\beta = 0,22$ ,  $p < 0,05$ ) et les contraintes structurales ( $\beta = 0,22$ ,  $p < 0,05$ ) prédisent la motivation autodéterminée pour ce type de loisir, et cette dernière prédit l'intérêt pour les activités culturelles ( $\beta = 0,57$ ,  $p < 0,05$ ). La relation négative entre la sécurité et la motivation autodéterminée pour les activités culturelles amène à penser que plus une personne recherche la sécurité, moins elle se dirigera vers des activités culturelles.

### *Voyages*

L'autonomie ( $\beta = 0,18$ ,  $p < 0,05$ ), les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,21$ ,  $p < 0,05$ ) et la motivation autodéterminée pour les voyages ( $\beta = 0,61$ ,  $p < 0,05$ ) sont associés significativement à l'intérêt de loisir pour les voyages. Dans le modèle indirect, la maturité ( $\beta = 0,17$ ,  $p < 0,05$ ) est le seul prédicteur de la motivation autodéterminée pour cette activité de loisir. En retour, celle-ci prédit l'intérêt de loisir pour les voyages ( $\beta = 0,67$ ,  $p < 0,05$ ). Pour cet intérêt de loisir, aucune contrainte ne prédit significativement la motivation autodéterminée dans le modèle indirect.

### *Activités artistiques*

Les intérêts de loisir pour les activités artistiques sont directement prédits par l'autonomie ( $\beta = 0,14$ ,  $p < 0,05$ ), les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,17$ ,  $p < 0,05$ ) et la motivation autodéterminée pour les activités artistiques ( $\beta = 0,58$ ,  $p < 0,05$ ). Dans le modèle indirect, l'autonomie ( $\beta = 0,19$ ,  $p < 0,05$ ), les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,32$ ,  $p < 0,05$ ) et les contraintes indirectes ( $\beta = 0,25$ ,  $p < 0,05$ ) prédisent la motivation autodéterminée pour les activités artistiques. Cette dernière prédit l'intérêt de loisir pour les activités artistiques ( $\beta = 0,72$ ,  $p < 0,05$ ). Une fois de plus, il semble que plus un individu perçoit de contraintes indirectes, plus il sera motivé de façon autodéterminée face aux activités artistiques.

En guise de synthèse, l'autonomie et les contraintes intrapersonnelles semblent prédire les intérêts de loisir faisant partie de ce facteur dans le modèle

direct. L'autonomie est aussi une valeur qui influence indirectement les intérêts qui composent ce facteur. Dans ce cas cependant, il semble y avoir beaucoup de variation quant aux contraintes qui prédisent la motivation autodéterminée.

Intérêts de loisir saturant sur le facteur 5

#### *Activités religieuses*

La tradition ( $\beta=0,25$ ,  $p<0,05$ ) et la motivation autodéterminée pour les activités religieuses ( $\beta =0,56$ ,  $p<0,05$ ) prédisent directement l'intérêt pour ce loisir. Dans le modèle indirect, la tradition ( $\beta =0,37$ ,  $p<0,05$ ) et l'hédonisme ( $\beta = -0,20$ ,  $p<0,05$ ) sont des prédicteurs de la motivation autodéterminée pour les activités religieuses. La relation négative entre l'hédonisme et la motivation autodéterminée suggère que plus une personne recherche l'hédonisme, moins elle aura tendance à se diriger vers des activités religieuses. Dans le modèle indirect, la motivation autodéterminée pour ce loisir prédit l'intérêt pour les activités religieuses ( $\beta =0,69$ ,  $p<0,05$ ). Il est à noter que les contraintes en loisir ne prédisent ni les intérêts de loisir pour les activités religieuses (dans le modèle direct) ni la motivation autodéterminée (dans le modèle indirect).

#### *Activités spirituelles*

Le seul prédicteur significatif des activités spirituelles dans le modèle direct est la motivation autodéterminée pour les activités spirituelles ( $\beta = 0,72$ ,  $p<0,05$ ). Dans le modèle indirect, la tradition ( $\beta = 0,21$ ,  $p<0,05$ ) et les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,20$ ,  $p<0,05$ ) sont les prédicteurs de la motivation autodéterminée pour ce loisir, et cette dernière prédit l'intérêt de loisir pour les activités spirituelles ( $\beta = 0,74$ ,  $p<0,05$ ).

En somme, on note que la tradition est la valeur qui prédit les intérêts de loisir de ce facteur (modèle direct) et la motivation autodéterminée pour une activité donnée (modèle indirect). Dans un cas comme dans l'autre, la motivation



autodéterminée pour une activité de loisir donnée s'avère être le meilleur prédicteur des intérêts de loisir faisant partie de ce facteur.

Intérêts de loisir saturant sur le facteur 6

#### *Activités éducationnelles et scientifiques*

Dans le modèle direct de prédiction des intérêts de loisir pour les activités éducationnelles et scientifiques, le seul prédicteur significatif est la motivation autodéterminée pour ce loisir ( $\beta = 0,62$ ,  $p < 0,05$ ). Dans le modèle indirect, la maturité ( $\beta = 0,24$ ,  $p < 0,05$ ) et les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,25$ ,  $p < 0,05$ ) sont les prédicteurs de la motivation autodéterminée pour ce loisir, qui elle, en retour, prédit l'intérêt de loisir pour les activités éducationnelles et scientifiques ( $\beta = 0,69$ ,  $p < 0,05$ ).

#### *Lecture*

L'autonomie ( $\beta = 0,17$ ,  $p < 0,05$ ), les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,24$ ,  $p < 0,05$ ) et la motivation autodéterminée pour la lecture ( $\beta = 0,59$ ,  $p < 0,05$ ) sont les prédicteurs significatifs pour la lecture dans le modèle direct. L'autonomie ( $\beta = 0,26$ ,  $p < 0,05$ ) et la sécurité ( $\beta = -0,23$ ,  $p < 0,05$ ) sont les prédicteurs de la motivation autodéterminée pour la lecture qui ressortent dans le modèle indirect. La relation négative entre la sécurité et la motivation autodéterminée suggère que plus la sécurité est une valeur importante pour un individu, moins il aura tendance à s'adonner à la lecture. La motivation autodéterminée pour ce loisir prédit l'intérêt de loisir pour la lecture ( $\beta = 0,66$ ,  $p < 0,05$ ).

Dans un modèle comme dans l'autre, ce ne sont pas les mêmes valeurs ni les mêmes contraintes en loisir qui prédisent l'intérêt de loisir. Nonobstant ceci, l'autonomie et les contraintes intrapersonnelles semblent jouer un certain rôle général de prédiction pour les intérêts liés à ce facteur.

## Intérêts de loisir saturant sur le facteur 7

### *Bénévolat*

Plusieurs variables semblent prédire directement l'intérêt de loisir pour le bénévolat. En effet, en plus des contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,15$ ,  $p < 0,05$ ) et de la motivation autodéterminée pour le bénévolat ( $\beta = 0,54$ ,  $p < 0,05$ ), certaines valeurs, soit la bienveillance ( $\beta = 0,24$ ,  $p < 0,05$ ), la stimulation ( $\beta = 0,15$ ,  $p < 0,05$ ) et l'hédonisme ( $\beta = -0,13$ ,  $p < 0,05$ ), prédisent l'intérêt pour le bénévolat. La relation négative entre l'hédonisme et l'intérêt de loisir pour le bénévolat suggère que plus le plaisir est important pour un individu, moins il aura tendance à s'engager dans des activités de loisir liées au bénévolat. Dans le modèle indirect de prédiction de l'intérêt pour le bénévolat, les prédicteurs significatifs de la motivation autodéterminée pour le bénévolat sont la tradition ( $\beta = 0,22$ ,  $p < 0,05$ ), l'hédonisme ( $\beta = -0,18$ ,  $p < 0,05$ ) et les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,16$ ,  $p < 0,05$ ). La motivation autodéterminée pour le bénévolat prédit l'intérêt de loisir pour cette activité ( $\beta = 0,66$ ,  $p < 0,05$ ).

### *Relations sociales*

Dans le modèle direct de prédiction des intérêts de loisir pour les relations sociales, la réalisation ( $\beta = 0,21$ ,  $p < 0,05$ ) et la motivation autodéterminée pour les relations sociales ( $\beta = 0,50$ ,  $p < 0,05$ ) sont les variables qui sont associées significativement à cette activité de loisir. Dans le modèle indirect, les contraintes intrapersonnelles ( $\beta = -0,17$ ,  $p < 0,05$ ) sont les prédicteurs de la motivation autodéterminée pour les relations, et cette dernière prédit l'intérêt de loisir pour les relations sociales ( $\beta = 0,53$ ,  $p < 0,05$ ).

Dans un modèle comme dans l'autre, les valeurs prédisant les intérêts de loisir (modèle direct) et la motivation autodéterminée (modèle indirect) semblent beaucoup varier. On remarque cependant que les contraintes intrapersonnelles sont des prédicteurs importants dans les deux cas.

De façon générale, bien que les relations entre les variables aient tendance à être faibles (sauf pour ce qui est de la motivation autodéterminée vers les intérêts de loisir), elles sont légèrement plus élevées dans le modèle indirect de prédiction des intérêts de loisir. Les résultats indiquent que ce sont les contraintes intrapersonnelles qui prédisent la motivation autodéterminée pour une activité de loisir donnée. Aussi, les valeurs s'associent différemment selon la motivation autodéterminée liée à une activité de loisir spécifique. On peut donc penser que, de façon générale, le modèle indirect s'avère être plus adéquat que le modèle direct pour prédire les intérêts de loisir. Finalement, l'examen du regroupement factoriel réalisé à partir des 18 intérêts de loisir a permis de constater une étrange ressemblance avec les catégories utilisées par Holland (1997) pour déterminer les intérêts de carrière des gens. En effet, Holland (1997) classe les intérêts de carrière en six catégories, soit : réaliste, investigateur, artistique, social, entrepreneur et conventionnel.

Les personnes « réalistes » possèdent des habiletés athlétiques ou mécaniques, préfèrent travailler avec des objets, des machines, des outils, des plantes ou des animaux et être dehors. On peut penser que le facteur 1 de l'analyse factorielle réalisée avec les intérêts de loisir, qui comprend les sports extrêmes, les sports individuels, les activités de plein-air et les sports de groupe, ainsi que le facteur 3, qui comprend les intérêts pour les animaux et les activités manuelles, sont des activités de loisir qui rejoignent le type de personnalité réaliste. Il s'agit en effet d'activités de loisir davantage orientées vers les habiletés athlétiques et mécaniques.

Les personnes de type investigateur aiment observer, apprendre, investiguer, analyser, évaluer ou résoudre des problèmes. On peut penser que le facteur 6 de l'analyse factorielle, qui comprend les activités éducationnelles et scientifiques et la lecture, ainsi que les activités de collection, les jeux et la télévision (facteur 2) rejoignent ce type de personnalité. En effet, les gens qui pratiquent ces types de loisir ont sans doute l'occasion, par le biais de ces derniers, de mettre à l'épreuve les actions nommées précédemment.

Les personnalités de type artistique ont des habiletés artistiques, innovatrices ou intuitives et aiment travailler dans des contextes non structurés, utiliser leur imagination et leur créativité. Les activités culturelles, les voyages et les activités artistiques, qui composent le facteur 4 de l'analyse factorielle des intérêts de loisir, paraissent en lien avec ces caractéristiques.

Les personnes de type social aiment travailler avec des gens, les aider, les informer, les entraîner ou les soigner, ou ont des habiletés avec les mots. Les activités religieuses, les activités spirituelles (facteur 5), le bénévolat et les relations sociales (facteur 7) sont des activités de loisir qui semblent favoriser ces goûts.

Les personnalités de type entrepreneur aiment travailler avec des gens, influencer, persuader, performer, diriger ou administrer dans des buts organisationnels ou de gains économiques. Le type entrepreneur semble en lien avec des activités qui permettent l'acquisition de connaissances et un certain contrôle. Il semble que le facteur 6 (activités éducationnelles et scientifiques et lecture) puisse s'associer à ce type de personnalité.

Les personnes de type conventionnel aiment travailler avec des données, ont des habiletés numériques, réalisent des tâches dans les détails ou suivent les instructions des autres. Les activités de collection, les jeux et la télévision (facteur 2), en plus de partager des caractéristiques avec le type investigateur, semblent avoir des points en commun avec le type conventionnel.

## 5. Discussion et conclusion

Le but de ce mémoire était de tester deux modèles afin de déterminer lequel est le plus approprié pour prédire les intérêts de loisir. Selon le modèle direct, les valeurs, la motivation et les contraintes en loisir prédisent, indépendamment l'une de l'autre, les intérêts de loisir des individus. Par contre, selon le modèle indirect, les valeurs et les contraintes en loisir prédisent la motivation en loisir, qui elle, en retour, prédit les intérêts de loisir. Les résultats des analyses effectuées seront discutés en fonction des modèles théoriques suivants : le modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque de Vallerand (1997), le modèle des valeurs de Schwartz (1994) et le modèle hiérarchique des contraintes en loisir de Crawford et al. (1991).

Avant d'interpréter les résultats de ce mémoire, il est important de noter que nous avons testé les modèles de prédiction des intérêts de loisir à l'aide de méthodes corrélationnelles. Cette étude ne permet donc pas d'établir des liens de cause à effet entre les variables impliquées dans ces deux modèles. Également, réalisée auprès d'étudiants universitaires québécois et francophones, la recherche ne permet pas la généralisation des résultats auprès d'autres populations. Il serait d'ailleurs intéressant de tester les deux modèles exposés dans ce mémoire avec d'autres populations qui disposent de beaucoup de temps libre, soit les personnes âgées, les personnes présentant une déficience intellectuelle et les personnes vivant en institution.

Il importe de souligner à nouveau que le modèle direct n'est pas fortement soutenu empiriquement pour la prédiction des intérêts de loisir, tant à partir des valeurs qu'à partir des contraintes en loisir. Seule la motivation autodéterminée semble prédire les intérêts de loisir, résultat qui concorde avec le modèle indirect. Bien que l'examen des résultats permet de constater l'existence de liens de prédiction des valeurs, de la motivation autodéterminée et des contraintes en loisir vers certains intérêts de loisir, les liens entre les variables du modèle indirect demeurent plus forts

que ceux du modèle direct. Ces résultats confirment la proposition selon laquelle on peut articuler les variables de prédiction des intérêts de loisir autour des postulats du modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque (Vallerand, 1997). Rappelons que, selon Vallerand (1997), trois besoins doivent être comblés pour que le comportement d'un individu soit déclenché, orienté et maintenu. La satisfaction de ces trois besoins a aussi pour conséquence que l'individu se perçoit comme étant motivé de façon «autodéterminée». C'est donc librement et par plaisir qu'il s'implique dans une activité de loisir donnée. Aussi, dans le modèle hiérarchique de la motivation intrinsèque et extrinsèque, la motivation au niveau supérieur influence le type de motivation se situant directement au-dessous de celle-ci. À la lumière de notre interprétation du modèle de Vallerand (1997), nous avons suggéré précédemment que les valeurs faisaient partie intégrante de la personnalité, donc qu'elles se rattachaient à la motivation globale d'un individu. D'ailleurs, Schwartz (1994) mentionnait, dans sa définition des valeurs, qu'elles sont trans-situationnelles, c'est-à-dire qu'elles dépassent les situations spécifiques et les contextes. En faisant partie de la motivation globale d'un individu, les valeurs devraient donc être associées au type de motivation directement en-dessous, soit la motivation contextuelle en loisir.

Étant donné cette interprétation, nous avons postulé que les valeurs influencent positivement la motivation d'un individu pour une activité de loisir donnée dans le modèle indirect de prédiction des intérêts de loisir. Pour la grande majorité des activités de loisir, des valeurs s'avèrent effectivement être des prédicteurs de la motivation autodéterminée pour certains intérêts de loisir. Les valeurs qui reviennent le plus fréquemment en tant que prédicteur de la motivation autodéterminée pour un intérêt de loisir sont l'autonomie, la stimulation et l'hédonisme. Nous avons proposé qu'étant donné l'objet d'étude, soit le loisir, l'hédonisme et la stimulation seraient les variables les plus propices à prédire la motivation de chaque intérêt de loisir. Cela n'a pas été le cas. Ces deux valeurs prédisent la motivation pour seulement quatre intérêts de loisir chacune.

Contrairement à ce que nous avons aussi suggéré, la relation entre les valeurs et la motivation n'est pas toujours positive. En effet, les relations entre l'autonomie et la motivation autodéterminée pour les sports extrêmes, la stimulation et la motivation autodéterminée pour la télévision, la réalisation et la motivation autodéterminée pour les animaux, la sécurité et la motivation autodéterminée pour les activités culturelles, l'hédonisme et la motivation autodéterminée pour les activités religieuses et pour le bénévolat sont négatives. Cependant, la plupart du temps, l'hypothèse de la spécificité de l'impact des valeurs s'avère exacte. À titre de rappel, nous avons proposé que les valeurs devraient prédire la motivation autodéterminée pour des intérêts de loisir spécifiques. Sept valeurs sur dix s'avèrent prédire la motivation autodéterminée d'un intérêt de loisir spécifique. Parmi les valeurs qui prédisent la motivation autodéterminée pour une ou des activités de loisir, nous retrouvons : l'autonomie, la stimulation, l'hédonisme, la réalisation, la sécurité, la maturité et la tradition.

Il est important de noter que les relations entre les valeurs et la motivation autodéterminée pour une ou des activités de loisir sont logiques. En effet, la stimulation prédit positivement la motivation autodéterminée pour les sports extrêmes et les sports de groupe, tandis que l'autonomie les prédit négativement. Les personnes qui pratiquent ce genre d'activité sont habituellement à la recherche d'excitation et de défi. Cependant, la relation négative entre l'autonomie et ces intérêts de loisir s'explique par le fait qu'ils nécessitent souvent des installations particulières, la compagnie d'autres participants et qu'ils sont parfois coûteux (p.ex., dans le cas des sports extrêmes, un saut en parachute implique qu'il faut trouver un endroit propice à cette activité, nécessite à tout le moins la présence d'un pilote d'avion et coûte environ 250\$ pour le premier saut). La stimulation prédit aussi la motivation autodéterminée pour les activités de plein-air. Les personnes qui pratiquent des activités de plein-air aiment habituellement les défis, l'excitation et la nouveauté, variables que l'on retrouve dans la pratique de ce type d'activité.

L'hédonisme prédit la motivation autodéterminée pour les jeux. Les jeux permettent de se divertir individuellement ou en groupe et sont habituellement

associés au plaisir. Il n'est donc pas surprenant qu'un individu pour qui l'hédonisme est une valeur importante soit motivé de façon autodéterminée envers les jeux. La motivation autodéterminée pour la télévision est aussi prédite positivement par l'hédonisme. Tout comme pour les jeux, il semble que les activités de loisir en rapport avec la télévision sont une source de divertissement particulièrement plaisante pour les individus qui accordent de l'importance à l'hédonisme. La stimulation prédit également la motivation autodéterminée pour la télévision, mais négativement. Ceci est peut-être dû au fait que la stimulation est davantage associée à des sensations physiques et au risque. Cette interprétation s'appuie sur les résultats présentés plus haut. Rappelons en effet que la stimulation prédit positivement la motivation autodéterminée pour les sports extrêmes, le plein-air et les sports de groupe, activités qui impliquent des efforts physiques.

La motivation autodéterminée pour les animaux, quant à elle, est prédite négativement par la réalisation. On peut donc penser que plus cette valeur est importante pour un individu, moins il sera motivé de manière autodéterminée à se diriger vers des activités de loisir en lien avec les animaux. Puisque cette étude a été réalisée dans un environnement urbain, on peut penser que le désir de se réaliser des répondants s'associe négativement avec sa motivation autodéterminée envers les animaux.

L'autonomie prédit positivement la motivation autodéterminée pour les activités culturelles, tandis que la sécurité la prédit négativement. Il n'est pas étonnant que l'autonomie prédise positivement la motivation autodéterminée pour les activités culturelles puisque cette valeur favorise l'indépendance de pensée, de choisir, d'examiner, de créer et d'agir, variables que l'on retrouve dans la pratique d'activités culturelles. Par contre, la motivation autodéterminée pour cet intérêt de loisir est prédite négativement par la sécurité. On peut donc penser que lorsque les gens ressentent de l'insécurité, ils ont tendance à se regrouper, tel que mentionné par Schachter (1959). Par exemple, il n'est pas rare qu'un individu soit accompagné pour assister à une pièce de théâtre. Pratiquer ce genre de loisir pourrait donc être fonctionnel pour l'individu, car il lui permet de se sécuriser.



Puisque la maturité peut être définie comme la compréhension, l'appréciation et l'acceptation de soi, des autres et du monde qui peut être acquise par l'expérience, il n'est pas étonnant qu'elle prédise la motivation autodéterminée pour les voyages et pour les activités éducationnelles et scientifiques. La motivation autodéterminée pour les activités artistiques est prédite par l'autonomie, laquelle favorise la liberté et la créativité. La tradition, quant à elle, prédit positivement la motivation autodéterminée pour les activités religieuses et le bénévolat, alors que l'hédonisme les prédit négativement. On peut donc penser que la pratique d'activités religieuses et le bénévolat relèvent à la fois des coutumes du répondant et du rejet du plaisir des sens. Ce résultat semble confirmer une vision judéo-chrétienne du comportement humain. Dans le même ordre d'idées, il n'est pas étonnant de constater que la tradition prédit également (positivement) la motivation autodéterminée pour les activités spirituelles. Finalement, la motivation autodéterminée pour la lecture est prédite par l'autonomie. Cette valeur est caractérisée par l'indépendance, l'intelligence et la curiosité, lesquelles semblent être des signes distinctifs des personnes qui lisent.

Il est à noter qu'aucune valeur ne prédit la motivation autodéterminée pour les sports individuels, les activités de collection, les activités manuelles et les relations sociales. Dans ces cas cependant, les contraintes intrapersonnelles sont de bons prédicteurs de leur motivation autodéterminée. On peut donc penser que pour ces activités de loisir, que les contraintes intrapersonnelles sont plus importantes que les valeurs afin de prédire la motivation autodéterminée en loisir. Le contexte semble donc jouer un rôle plus important que la personnalité dans la prédiction de la motivation autodéterminée de ces activités de loisir.

Ainsi, dans le cadre de cette étude, quatre valeurs (autonomie, réalisation, stimulation et hédonisme) prédisent à elles seules la motivation autodéterminée de 11 activités de loisir sur 18. À la lumière des définitions des valeurs de Schwartz (1992), on peut constater que ces quatre valeurs ressemblent aux formes de motivation intrinsèques proposées par Vallerand (1997). Ce résultat semble donc confirmer le postulat selon lequel la motivation globale, telle qu'indexée par les

valeurs, influence la motivation contextuelle. Par contre, il serait pertinent de vérifier cette interprétation. En somme, des recherches futures pourraient tenter de répondre à la question suivante : les valeurs sont-elles une expression de la motivation extrinsèque intégrée, tel que le suggèrent Deci et Ryan dans leur théorie de l'autodétermination (1985, 1991) ou une forme de motivation intrinsèque (Vallerand, 1997)?

Bien que le premier postulat concernant la relation entre les valeurs et la motivation contextuelle en loisir semble avoir été confirmé, il est maintenant important de nuancer ce résultat. Les analyses réalisées dans ce mémoire n'ont pas permis de confirmer l'existence d'un continuum d'autodétermination pour la motivation contextuelle associée aux différents intérêts de loisir. L'analyse du patron simplex ne démontre pas que les corrélations adjacentes entre les différents types de motivation sont positives, malgré que celles des extrémités soient négatives. Des analyses factorielles ont cependant permis de découvrir une structure de la motivation composée de deux facteurs : un facteur autodéterminé (la plupart du temps : amotivation (relation négative), motivation intrinsèque à l'accomplissement, à la connaissance, à la stimulation et régulation identifiée) et un facteur non-autodéterminé (la plupart du temps : régulation introjectée et régulation externe). Ces deux résultats permettent donc de se questionner quant à l'existence d'une seule dimension sous-jacente au continuum d'autodétermination. Il se peut que l'utilisation de mesures à un item ait fait en sorte que l'on ne retrouve pas le continuum d'autodétermination dans les données, bien que les moyennes obtenues pour les items composant ces deux facteurs ressemblent à celles d'autres études (Pelletier et al., 1996). Des études futures pourront vérifier cette hypothèse. Malgré cette mise en garde, deux formes de motivation sont présentes dans cette étude et ce résultat concorde avec l'idée que la motivation peut être autodéterminée (c.-à-d., par choix et par plaisir) ou non-autodéterminée (c.-à-d., similaire à la motivation extrinsèque), tel que suggéré par Deci et Ryan (1985, 1991). De plus, c'est la motivation autodéterminée qui prédit les différents intérêts de loisir, suggérant ainsi que l'autodétermination et le plaisir (Neulinger, 1981) jouent un rôle prépondérant dans cette sphère d'activité (Emmons, 1995).

Les résultats de cette étude ont aussi permis de confirmer l'existence de quatre types de contraintes, dont trois font partie du modèle de Crawford et al. (1991). Des analyses corrélationnelles démontrent effectivement l'existence de contraintes intrapersonnelles, interpersonnelles, (indirectes) et structurales. Une inspection visuelle des matrices de corrélation révèle aussi la présence de deux grands types de contraintes en loisir. Le premier est composé de contraintes « internes » et le second de contraintes « externes ». Il appert donc que le modèle de Crawford et al. (1991) et le modèle de Jackson (1988) puissent être utilisés dans l'étude des contraintes en loisir. Étant donné ces résultats, nous avons utilisé ces deux conceptualisations afin de préciser l'impact des contraintes en loisir sur la motivation autodéterminée contextuelle en loisir.

Tel que suggéré par Vallerand (1997), la motivation contextuelle en loisir devrait être influencée par les contraintes en loisir puisque l'on peut les rattacher aux trois besoins fondamentaux mentionnés par Deci et Ryan (1985, 1991). Les contraintes intrapersonnelles touchent l'état psychologique d'un individu, ses caractéristiques et ses capacités, tandis que le besoin de compétence correspond au désir d'agir concrètement et efficacement sur son environnement. Ce type de contraintes et ce besoin semblent donc intimement reliés puisqu'ils réfèrent tous deux à la notion de compétence. Le second type de contraintes, les contraintes interpersonnelles, sont les obstacles qui proviennent des relations sociales alors que le besoin d'appartenance sociale réfère au désir de se sentir lié à d'autres personnes et de se sentir appuyé par celles-ci. Encore une fois, on peut constater l'existence d'un lien étroit entre ce type de contraintes et ce besoin. Finalement, les contraintes indirectes, dues à des éléments qui touchent l'individu indirectement, et les contraintes structurales, dues à des éléments extérieurs à la personne, semblent liées au besoin d'autonomie, qui se définit comme une tendance à vouloir choisir, de manière flexible et autonome, le comportement le plus apte à engendrer des conséquences positives anticipées par l'individu.

À partir de cette adéquation, nous avons postulé que les contraintes en loisir seraient des facteurs qui nuisent ou empêchent l'individu d'être motivé de façon

autodéterminée à se diriger vers ses intérêts de loisir. En effet, si les contraintes en loisir sont des indicateurs de la perception de compétence d'un individu, de son sentiment d'appartenance sociale et de sa perception d'autonomie, le fait qu'elles soient des obstacles à la participation indiquent que ces besoins ne seront pas comblés et donc que l'individu ne sera pas motivé de façon autodéterminée envers ses intérêts de loisir. Ceci nous a amené à supposer que la relation entre les contraintes en loisir et la motivation autodéterminée devrait être négative.

Les résultats de l'étude démontrent que les contraintes intrapersonnelles sont les variables qui se dégagent le plus souvent en tant que contraintes prédictrices de la motivation autodéterminée envers un intérêt de loisir. La relation entre les contraintes intrapersonnelles en loisir et la motivation autodéterminée en loisir est toujours négative, ce qui suggère que plus un individu perçoit ce type de contraintes, moins il sera motivé de façon autodéterminée envers une activité de loisir. En aucun cas les contraintes interpersonnelles en loisir n'ont prédit la motivation autodéterminée envers un ou des intérêts de loisir, bien que les différents intérêts de loisir dont il a été question dans ce mémoire semblent pouvoir se classer en deux grandes catégories : les intérêts de loisir individuels (p.ex., la lecture) ou les intérêts de loisir collectifs (p.ex., les sports de groupe). Le fait que les contraintes interpersonnelles en loisir ne prédisent la motivation autodéterminée pour aucun intérêt de loisir nous amène à nous questionner sur la nature du loisir : est-il individuel ou relationnel? En effet, il semble que les contraintes interpersonnelles auraient dû prédire la motivation autodéterminée pour des intérêts de loisir tels les relations sociales et les sports de groupe, or ce n'est pas le cas. Nous pouvons donc nous questionner quant au rôle des contraintes en loisir et, indirectement, aux rôles des besoins. De plus, les contraintes indirectes et structurales prédisent également la motivation autodéterminée envers des intérêts de loisir, seulement la relation entre ces variables est toujours positive. Ceci signifie que plus un individu perçoit un type ou l'autre de ces contraintes, plus il sera motivé de façon autodéterminée envers l'intérêt de loisir.

Nous croyons que ces résultats peuvent s'expliquer à la lumière de la théorie de la réactance (Brehm, 1966, 1972). Selon cette théorie, lorsqu'une personne sent que sa liberté est compromise, elle devient très motivée. C'est cette motivation que Brehm (1966, 1972) appelle la « réactance » et qui pousse l'individu à essayer de retrouver sa liberté. Selon Brehm (1966), un individu qui vit de la réactance sent qu'il peut faire ce qu'il veut, qu'il n'a pas à faire ce qu'il ne veut pas faire et qu'il est la seule personne qui contrôle son comportement. Ainsi, une fois qu'un individu a négocié les contraintes intrapersonnelles de loisir, et que, conséquemment, il se sent compétent, il vit peut-être de la réactance à cause des autres types de contraintes en loisir. Ceci expliquerait pourquoi la relation entre les contraintes indirectes, les contraintes structurales et la motivation autodéterminée pour un intérêt de loisir est positive. En suivant la hiérarchie des contraintes en loisir de Crawford et al. (1991) et en tenant compte des besoins fondamentaux de Deci et Ryan (1985, 1991), on peut penser que le niveau de contraintes primordial à surpasser est celui des contraintes intrapersonnelles (besoin de compétence) et que lorsque ces dernières sont surpassées, la négociation de l'individu avec les trois autres types de contraintes en loisir se modifie (besoins d'autonomie et d'appartenance sociale).

Nous pouvons aussi supposer que les contraintes en loisir, peu importe leur type, briment l'autonomie des individus. En effet, puisque les contraintes sont des obstacles qui empêchent ou rendent difficile l'exécution d'une activité, on peut dire qu'elles nuisent à l'autonomie des gens puisqu'elles les empêchent de participer ou réduisent la participation à une activité de loisir. Il serait intéressant de vérifier cette hypothèse dans des recherches futures. De plus, la nature dichotomique des contraintes laisse supposer une négociation binaire, donc de deux besoins fondamentaux nommés par Deci et Ryan (1985, 1991), soit les besoins de compétence et d'autonomie. En effet, si les contraintes intrapersonnelles sont le reflet du besoin de compétence et qu'elles sont celles que l'on doit considérer pour rendre un individu motivé de façon autodéterminée envers une activité de loisir, on peut penser que le besoin de compétence doit être satisfait avant le besoin d'autonomie pour qu'un individu participe librement à une activité de loisir. Des études futures devront donc se pencher sur la nature de la relation entre les types de

contraintes en loisir et les besoins fondamentaux afin de déterminer l'adéquation entre ces variables et leur impact sur la participation en loisir.

Un dernier résultat particulièrement intéressant de ce mémoire est la structure factorielle sous-jacente aux intérêts de loisir. Plus particulièrement, nous pouvons tracer un parallèle entre les différentes catégories d'intérêts de loisir et les catégories de Holland (1997) par rapport aux intérêts de carrière. Ces résultats nous questionnent quant à la conceptualisation du loisir : elle semble se rapprocher de celle du travail. De plus, cette conceptualisation semble être multidimensionnelle. En effet, si les catégories sont non seulement semblables, mais aussi comparables, nous serons en mesure de vérifier, dans des recherches futures, si les gens recherchent l'atteinte des mêmes objectifs dans leur travail et dans leurs loisirs.

D'un point de vue appliqué, cette étude confirme le fait que les valeurs, les contraintes en loisir et la motivation autodéterminée sont des variables importantes dans la prédiction des intérêts de loisir, tel que proposé par Ruskin (1984), Edginton et al. (1998) et Ouellet (2000). Il importe en effet d'identifier les valeurs d'un individu dans le processus d'éducation au loisir puisque certaines d'entre elles prédisent la motivation autodéterminée pour des intérêts de loisir spécifiques. Cette étude souligne également l'importance de négocier les contraintes intrapersonnelles, donc d'améliorer le sentiment de compétence des individus, pour ainsi permettre leur autodétermination envers des activités de loisir. Tel que mentionné précédemment, les conséquences positives associées au loisir émergent seulement lorsqu'un individu est motivé de façon autodéterminée face au loisir (Pelletier et al., 1997). Les auteurs dans ce domaine mentionnent d'ailleurs qu'il importe, dans les premières étapes du processus d'éducation au loisir, de s'attarder au sentiment de compétence des individus. En effet, l'éducation au loisir doit : *rendre les individus capables* d'améliorer la qualité de leur vie en loisir (Mundy et Odum, 1979); permettre de *développer des habiletés* de loisir (Scott, 1980; Ruskin, 1984; Ouellet, 2000); *rendre les gens capables* d'exercer leur liberté en loisir (Thibault, 1984); permettre de *développer un répertoire d'habiletés* de jeu qui sont bâties à partir de compétences cognitives, affectives et psychomotrices (Edginton et al., 1998); permettre la

connaissance et l'apprentissage de l'activité (Scott, 1980; Ruskin, 1984; Edginton, 1998; Ouellet, 2000). Tous ces auteurs mentionnent, dans leur processus d'éducation au loisir, l'importance de développer la compétence des individus. Le sentiment de compétence semble donc intimement lié avec le choix des activités de loisir d'un individu. Il semble donc que la construction d'un répertoire d'habiletés de loisir lui permettra de faire des choix plus éclairés en fonction de ce qu'il apprécie réellement en matière de loisir.

De plus, si, comme pour les intérêts relatifs à la carrière (Holland, 1997), il devient possible pour les gens de connaître leur répertoire et de développer des compétences en loisir tôt dans leur vie, ces derniers seront probablement plus en mesure de varier leurs activités de loisir en fonction de leur âge et des événements qui se produisent. En effet, les intérêts de loisir sont appelés à changer au cours d'une vie (Safran, 1969). Cependant, si un individu développe un répertoire d'habiletés très tôt dans sa vie, il sera plus en mesure d'adapter ses loisirs aux différentes périodes et aux contextes de sa vie, l'inoculant ainsi contre les loisirs « à la mode » (Mothé, 1999).

En somme, si un individu se sent compétent par rapport à plusieurs activités de loisir, a un répertoire d'habiletés de loisir et, par conséquent, se sent plus libre dans les choix relatifs à ses loisirs, il sera sans doute plus en mesure de développer son identité en loisir. En effet, McGill (1996) mentionne que les choix faits librement permettent à l'individu de développer des passions et que les passions sont une forme d'expression de l'identité d'un individu. Bien que plusieurs contextes soient favorables à la création de l'identité des individus et à leur expression, le loisir paraît être un contexte particulièrement puissant pour parvenir à ces fins : il permet la connaissance de soi, de son potentiel et de ses limites, il est une sphère sociale dans laquelle les premières relations sont développées et exprimées, il permet l'appartenance d'un individu à un groupe et donc l'identification sociale, et permet de développer une identité sociale autrement que par le travail (McGill, 1996). Il semble donc que le conseiller en loisir qui suit les consignes énoncées par les différents auteurs traitant de l'éducation au loisir favorisera le développement d'une

passion harmonieuse qui mènera à des conséquences positives pour l'individu (Vallerand et al., sous presse).



Note de fin de document

Note 1 : une analyse factorielle a été réalisée à partir des données recueillies dans le cadre de cette étude afin de vérifier la structure du modèle des valeurs de Schwartz. Les résultats de cette analyse semblent confirmer la structure factorielle de Schwartz.

## Références

- Aguinis, H. (1995). Statistical power problems with moderated multiple regression in management research. *Journal of Management*, 21, 6, 1141-1158.
- Allen, L.R. (1982). Murray's personality and interests. *Journal of Leisure Research*, 2, 160-170.
- Argyle, M. (1996). *The social psychology of leisure*. Angleterre, Harmondsworth : Penguin Books.
- Backman, S. J. (1991). An investigation of the relationship between activity loyalty and perceived constraints. *Journal of Leisure Research*, 23, 4, 332-344.
- Barry, R., & Wolf, B. (1965). *Motives, values, and realities: A framework for counseling*. New York: Teachers College Press.
- Beard, G., et Ragheb, M.G. (1992). Measuring leisure interests. *Journal of Park and Recreation Administration*, 10, 2, 1-13.
- Benjamin, A., et Perreault, S. (2001). L'expérience de loisir en milieu aquatique. *Loisir et Société*, 25, 1, 139-154.
- Bishop, D.W. (1970). Stability of the factor structure of leisure behavior. *Journal of Leisure Research*, 2, 160-170.
- Blais, M. R., Lacombe, D., Vallerand, R. J., & Pelletier, L. G. (1990). *Motivation en contexte de travail : nature, déterminants et conséquences*. Manuscrit inédit, Université du Québec à Montréal.
- Boothby, J., Tungatt, M.F., Townsend, A. R. (1981). Ceasing participation in sports activity: Reported reasons and their implications. *Journal of Leisure Research*, 13, 1, 1-14.
- Brehm, J.W. (1966). *A Theory of psychological reactance*. New York: Academic Press.
- Brehm, J.W. (1972). *Responses to loss of freedom: A theory of psychological reactance*. Moristown, N.J. : General learning Press.
- Buchanan, T. (1985). Commitment and leisure behavior: A theoretical perspective. *Leisure Sciences*, 7, 401-420.
- Carroll, B, & Alexandris, K. (1997). Perception of constraints and strength of motivation: Their relationship to recreational sport participation in Greece. *Journal of Leisure Research*, 29, 279-299.
- Coyle, C.P, Kinney, W.B., Riley, B., & Shank, J.W. (1991). *Benefits of therapeutic recreation : A consensus view*. Ravensdale, WA : Idyll Ardor.

- Crawford, D., & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9, 119-127.
- Crawford, D., Jackson, E., & Godbey, G. (1991). A hierarchical model of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 13, 309-320.
- Daoust, H., Vallerand, R. J., & Blais, M. R. (1988). Motivation and education : A look at some important consequences. *Canadian Psychology*, 29, 172.
- DeCharms, R. (1968). *Personal causation : The internal affective determinants of behavior*. New York : Academic Press.
- DeCharms, R. (1976). *Enhancing motivation : Change in the classroom*. New York : Irvington.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York : Plenum.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1991). A motivational approach to self : Integration in personality. Dans R. Deinstebier (Ed.), *Nebraska symposium on motivation : Vol. 38. Perspectives on motivation*. Lincoln, NE : University of Nebraska.
- DeGrazia, S. (1962). *Of Time, work and leisure*. New York: Doubleday.
- Edginton, C.R., Hanson, C.J., & Edginton, S.R. (1998). *Leisure programming : A service-centred and benefits*. Boston, Mass. : Wm. C. Brown and Benchmark.
- Emmons, R.A. (1995). Levels and domains in personality: An introduction. *Journal of Personality*, 63, 341-364.
- Francken, D. A. , & van Raiij, W. F. (1981). Satisfaction with leisure time activities. *Journal of Leisure Research*, 13, 4, 337-352.
- Gardner, D.G., Cummings, L.L., Dunham, R.B., et Pierce, J.L. (1998). Single-item versus multiple-item measurement scales: An empirical comparison. *Educational and Psychological Measurement*, 58, 6, 898-915.
- Gendre, F., Dupont, J.-B., & Schwartz, S. (1992). Structure du questionnaire de valeurs de Schwartz. *Schweizerische Zeitschrift für Psychologie*, 51, 2, 128-134.
- Godbey, G. (1985). Nonuse of Public Leisure Services: A Model. *Journal of Park and Recreation*, 3, 2, 1-12.
- Hansen, J.C. (1998). *Leisure Interest Questionnaire*. (St Paul, MN : JHC Consulting).

- Haworth, J.T. (1984). The perceived nature of meaningful pursuits and the social psychology of commitment. *Society and Leisure*, 7, 196, 216.
- Hinkin, T.R. (1995). Review of scale development practices in the study of organizations. *Journal of Management*, 21, 5, 967-988.
- Holland, J.L. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments* (3e ed.). États-Unis: Odessa, Flor.
- Howard, D.R. (1976). Multivariate relationships between leisure activities and personality. *Research Quarterly*, 47, 226-237.
- Hubbard, J., & Mannell, R.C. (2001). Testing competing models of the leisure constraint negotiation process in a corporate employee recreation setting. *Leisure Sciences*, 23, 145-163.
- Hultsman, W. (1995). Recognizing patterns of leisure constraints: An extension of the exploration of dimensionality. *Journal of Leisure Research*, 27, 3, 228-244.
- Jackson, E. L. (1988). Leisure constraints: A survey of past research. *Leisure Sciences*, 10, 3, 203-215.
- Kaplan, M. (1960). *Leisure in America: A social inquiry*. Dubuque, IA: Wm. C. Brown.
- Kay, T., & Jackson, G. (1991). Leisure despite constraints: The impact of leisure constraints on leisure participation. *Journal of Leisure Research*, 23, 301-313.
- Kluckhohn, C. (1951). Values and value-orientations in the theory of action : An exploration in definition and classification. Dans T. Parsons & E. Shils (Eds.), *Toward a General Theory of Action*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Lane, S.W.L., Montgomery, D., & Cashel, C. (1998). The Relationship of Jungian Typology to Leisure Interests. *Journal of Applied Recreation Research*, 23, 91-106.
- Larouche, J-M., & Ménard, G. (2001). *L'étude de la religion au Québec : Bilan et prospective*. Canada : Les Presses de l'Université Laval.
- Losier, G.F., Bourque, P.E., & Vallerand, R.J. (1993). A motivational model of leisure participation in the elderly. *Journal of Psychology*, 127, 2, 153-170.
- Mannell, R.C., et Zuzanek, J. (1991). The nature and variability of leisure constraints in daily life: The case of the physically active leisure of older adults. *Leisure Sciences*, 13, 4, 337-351.

- McGill, J. (1996). *Developing Leisure Identities*. Canada: Brampton Caledon Community Living.
- McGuire, F. A., & O'Leary, J. T. (1992). The implications of leisure constraints research for the delivery of leisure services. *Journal of Park and Recreation Administration*, 10, 2, 31-40.
- McKechnie, G.E. (1974). The psychological structure of leisure: Past behavior. *Journal of Leisure Research*, 1, 252-263.
- Méda, D. (1999). *Qu'est-ce que la richesse?* Paris : Flammarion.
- Mothé, D. (1997). *L'utopie du temps libre*. Paris: Éditions Esprit.
- Mothé, D. (1999). *Le temps libre contre la société*. Desclée de Brouwer.
- Mueller, E., Gurin, G., & Wood, M. (1962). *Participation in outdoor recreation: Factors affecting demand among American adults (Outdoor Recreation Resources Review Commission, Study Report Number 20)*. Washington, DC: U.S. Government Printing Office.
- Muensterberger, W. (1995). *Collecting: An unruly passion*. États-Unis: Harvest Book.
- Mundy, J. (1998). *Leisure education : Theory and practice* (2<sup>nd</sup> ed.). États-Unis : Sagamore Publishing.
- Mundy, J., & Odum, L. (1979). *Leisure Education : Theory and practice*. États-Unis : John Wiley & Sons.
- National Therapeutic Recreation Society (1995). *Standards of practice for therapeutic recreation services and annotated bibliography*. Arlington, VA : National Therapeutic Recreation Society.
- Neulinger, J. (1981). *Psychology of Leisure* (2<sup>nd</sup> ed.). Springfield, III: Charles C. Thomas.
- Olsson, R.H. (1992). Assessment Protocol in Therapeutic Recreation. Dans G.L. Hitzhusen & L.T. Jackson (Éds), *Global Therapeutic Recreation II* (Section 3). Puerto Rico; Curators of University of Missouri.
- Ouellet, G. (2000). *Notes du cours Éducation au loisir AEG-1018*. Département des sciences du loisir et de la communication sociale, Université du Québec à Trois-Rivières.
- Ouellet, G., & Soubrier, R. (1989). Étude sur les contraintes perçues comme causes de la non-participation aux loisirs. *World Leisure and Recreation*, 31, 16-21.

- Pelletier, L.G., Vallerand, R. J., Green-Demers, I., Brière, N. M., et Blais, M. R. (1995). Loisir et santé mentale: les relations entre la motivation pour la pratique des loisirs et le bien-être psychologique. *Revue canadienne des sciences du comportement*, 27, 2, 140-156.
- Pelletier, L.G., Vallerand, R.J., Green-Demers, I., Blais, M.R., Brière, N.M. (1996). Vers une conceptualisation motivationnelle multidimensionnelle du loisir: Construction et validation de l'Échelle de Motivation vis-à-vis des Loisirs (EML). *Loisir et Société*, 19, 2, 559-585.
- Proctor, C. (1962). *Dependance of recreation participation on background characteristics of sample persons in the September 1960 national recreation survey* (Report no. 19). Outdoor Recreation Resources Review Commission Study.
- Pronovost, G. (1997). *Loisir et société : traité de sociologie empirique*. Sainte-Foy : Presses de l'Université du Québec.
- Raymore, L., Godbey, G., Crawford, D., & von Eye, A. (1993). Nature and process of leisure constraints: An empirical test. *Leisure Sciences*, 15, 99-113.
- Rheims, M. (1981). *Les collectionneurs : De la curiosité, de la beauté, du goût, de la mode et de la spéculation*. Paris : Éditions Ramsay.
- Ritchie, J.R. (1975). On the derivation of leisure activity types: A perception mapping approach. *Journal of Leisure Research*, 7, 128-140.
- Robert, M., Granger, L., Breault, C., Brunette, A., et Rosenthal, T.L. (1992). Profil des intérêts de loisir d'étudiants universitaires québécois des deux sexes selon la traduction française d'un inventaire américain. *Science et Comportement*, 22, 203-217.
- Robinson, J., & Godbey, G. (1997). *Time for life : The surprising ways Americans use their time*. University Park : Pennsylvania State University Press.
- Rokeach, M. (1973). *The nature of human values*. New York: Free Press.
- Romsa, G., & Hoffman, W. (1980). An application of nonparticipation data in recreation research: testing the opportunity theory. *Journal of Leisure Research*, 12, 4, 321-328.
- Rosenthal, T.L., et Rosenthal, R.H. (1983). Stress: Causes, measurement, and management. Dans K.D. Craig et R.J. McMahon (Eds), *Advances in Clinical Behavior Therapy* (pp. 3-26). New York: Bruner / Mazel.
- Ruskin, H. (1984). *Leisure: Toward a theory and a policy*. États-Unis, Rutherford : Fairleigh Dickinson University Press.

- Russell, C.J., et Bobko, P. (1992). Moderated regression analysis and Likert scales: Too coarse for comfort. *Journal of Applied Psychology*, 77, 3, 336-342.
- Russell, J.A., Weiss, A., et Mendelsohn, G.A. (1989). Affect Grid: A single-item scale of pleasure and arousal. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 3, 493-502.
- Sagiv, L., & Schwartz, S.H. (1995). Value priorities and readiness for out-group social contact. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 437-448.
- Schachter, S. (1959). *The psychology of affiliation*. Palo Alto, CA: Stanford University Press.
- Schwartz, S. (1992). *Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries*. *Advances in Experimental Social Psychology*, 25, 1-65.
- Schwartz, S. (1994). Are there universal aspects in the structure and contents of human values? *Journal of Social Issues*, 50, 19-45.
- Schwartz, S. (1996). Value priorities and behavior: Applying a theory of integrated value systems. In Seligman, C., Olson, J. M., & Zanna, M.P. (Eds), *The Psychology of values: The Ontario symposium volume 8*. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Schwartz, S., & Bilsky, W. (1987). Toward a universal psychology structure of human values. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 550-562.
- Schwartz, S., & Bilsky, W. (1990). Toward a theory of the universal content and structure of values: Extensions and Cross Cultural Replications. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 878-891.
- Scott, B.M. (1980). The 4-H model: Expanding leisure education. *World Leisure and Recreation Association*. Second World Conference of Experts on Leadership for Leisure.
- Searle, M. S. , & Jackson, E. L. (1985). Socioeconomic variations in perceived barriers to recreation participation among would-be participants. *Leisure Sciences*, 7, 2, 227-249.
- Searle, M.S. & Mahon, M.J. (1991). Leisure education in a day hospital : The effects on selected social-psychological variables among older adults. *Canadian Journal of Community Mental Health*, 10, 95-109.
- Searle, M.S. & Mahon, M.J. (1993). The effects of a leisure education program on selected socio-psychological variables : A three month follow-up investigation. *Therapeutic Recreation Journal*, 27, 9-21.



- Searle, M.S., Mahon, M.J., Iso-Ahola, S.E., Strolas, H.A., & van Dyck, J. (1995). Enhancing a sense of independence and psychological well-being among elderly : A field experiment. *Journal of Leisure Research*, 1, 9-14.
- Shaw, S., Bonen, A., & McCabe, J. (1991). Do more constraints mean less leisure? Examining the relationship between constraints and participation. *Journal of Leisure Research*, 23, 286-300.
- Stangl, W. (1991). The leisure interest inventory. *Zeitschrift fuer Differentielle und Diagnostische Psychologie*, 12, 4, 231-244.
- Safran, C. (1969). *Student's Interest Inventory*. Don Mills, Ontario ; Thomas Nelson & Sons.
- Tamisier, J-C. (1999). *Grand dictionnaire de la psychologie*. Paris : Larousse.
- Thibault, A. (1984). Au-delà de la liberté perçue : propositions d'un modèle psychosocial d'analyse des choix en loisir. *Loisir et Société*, 7, 37-53.
- Vallerand, R. J. (1993). *Les fondements de la psychologie sociale*. Montréal, Paris, Casablanca : Gaëtan Morin editeur.
- Vallerand, R.J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. Dans M.P. Zanna, *Advances in Experimental Social Psychology* (vo. 29), (pp. 271-360). New York, Academic Press.
- Vallerand, R. J., & Bissonnette, R. (1992). Intrinsic, extrinsic, and amotivational styles as predictors of behavior : A prospective study. *Journal of Personality*, 60, 599-620.
- Vallerand, R.J., Blanchard, C., Mageau, G.A., Koestner, R., Ratelle, C., Léonard, M., Gagné, M., Marsolais, J. (sous presse). On obsessive and harmonious passion. *Journal of Personality and Social Psychology*.
- Vallerand, R.J., & Grouzet, F.M.E. (2001). Pour un modèle de la motivation intrinsèque et extrinsèque dans les pratiques sportives et l'activité sportive. Dans F. Cury et P. Sarrazin, *Théories de la motivation et pratiques sportives : état des recherches* (57-95). Paris : Presses universitaires de France.
- Vallerand, R. J., & O'Connor, B. P. (1989). Motivation in the elderly : A theoretical framework and some promising findings. *Canadian Psychology*, 30, 538-550.
- Vallerand, R. J., & O'Connor, B. P. (1991). Construction et validation de l'Échelle de Motivation pour les Personnes Âgées (EMPA). *Journal international de psychologie*, 26, 219-240.

- Vallerand, R.J., & Reid, G. (1990). Motivation and special population : Theory, research, and implications regarding motor behavior. Dans G. Reid (Ed.), *Problems in movement control (159-197)*. Amsterdam: North-Holland.
- Vallerand, R.J., & Thill, E. (1993). *Introduction à la psychologie de la motivation*. Montréal : Éditions Études vivantes.
- Williams, L.J., Cote, J.A., et Buckley, R. (1989). Lack of Method Variance in Self-Reported Affect and Perceptions at Work: Reality or Artifact? *Journal of Applied Psychology*, 74, 3, 462-468.
- Witt, P.A. (1971). Factor structure of leisure behavior for high school age youth in three communities. *Journal of Leisure Research*, 3, 213-220.
- Zoerink, D.A., & Lauener, K. (1991). Effects of a on adults with traumatic brain injury. *Therapeutic Recreation Journal*, 25, 19-28.

Annexe A  
Questionnaire

-1	0	1	2	3	4	5	6	7
Opposée à mes valeurs	Sans importance		Importante			D'importance suprême		

- 27 \_\_\_ AUTORITÉ (le droit de diriger ou de commander)  
 28 \_\_\_ AMITIÉ VRAIE (des amis proches et sur qui l'on peut compter)  
 29 \_\_\_ UN MONDE DE BEAUTÉ (beauté de la nature et des arts)  
 30 \_\_\_ JUSTICE SOCIALE (corriger les injustices, secourir les faibles).

### Section 1.2 : Liste des valeurs II

Tu évalueras maintenant l'importance de chacune des valeurs suivantes, toujours en tant que principe directeur dans ta vie. Ces valeurs sont exprimées sous forme de manière d'agir, qui peuvent être plus ou moins importantes pour toi. À nouveau, essaie de faire des distinctions entre les valeurs, autant que possible, en utilisant tous les échelons (chiffres).

Avant de commencer, lis les valeurs numérotées de 31 à 57, et choisis celle qui est la plus importante pour toi et note son importance. Ensuite choisis la valeur qui est la plus opposée à tes valeurs ou, s'il n'en existe pas, choisis la valeur la moins importante pour toi, et note-la (-1, 0 ou 1) en fonction de son importance. Ensuite note les valeurs restantes.

Échelle d'évaluation :

-1	0	1	2	3	4	5	6	7
Opposée à mes valeurs	Sans importance		Importante			D'importance suprême		

- 31 \_\_\_ INDÉPENDANT (ne compter que sur soi, auto suffisant)  
 32 \_\_\_ MODÉRÉ (évitant les extrêmes dans les sentiments et les actions)  
 33 \_\_\_ LOYAL (fidèle à ses amis, au groupe des proches)  
 34 \_\_\_ AMBITIEUX (travaillant dur, volontaire)  
 35 \_\_\_ LARGE D'ESPRIT (tolérant les croyances et idées différentes)  
 36 \_\_\_ HUMBLE (modeste, efface)

-1	0	1	2	3	4	5	6	7
Opposée à mes valeurs		Sans importance		Importante			D'importance suprême	

- 37\_\_\_ AUDACIEUX (cherchant l'aventure, le risque)
- 38\_\_\_ PROTÉGEANT L'ENVIRONNEMENT (préserver la nature)
- 39\_\_\_ INFLUANT (exercer un impact sur les gens et les événements)
- 40\_\_\_ HONORANT SES PARENTS ET LES ANCIENS (montrant du respect)
- 41\_\_\_ CHOISSANT SES PROPRES BUTS (sélectionnant ses propres objectifs)
- 42\_\_\_ EN BONNE SANTÉ (ne pas être malade physiquement ou mentalement)
- 43\_\_\_ COMPÉTENT (capable, efficace)
- 44\_\_\_ ACCEPTANT MA PART DANS LA VIE (se soumettre aux circonstances de la vie)
- 45\_\_\_ HONNÊTE (authentique, sincère)
- 46\_\_\_ PRÉSERVANT MON IMAGE PUBLIQUE (soucieux de ne pas « perdre la face »)
- 47\_\_\_ OBÉISSANT (remplissant ses obligations, ayant le sens du devoir)
- 48\_\_\_ INTELLIGENT (logique, réfléchi)
- 49\_\_\_ SECOURABLE (travaillant en vue du bien-être d'autrui)
- 50\_\_\_ SACHANT JOUIR DE LA VIE (aimant la nourriture, le sexe, les loisirs, etc.)
- 51\_\_\_ RELIGIEUX (attaché aux croyances et à la foi religieuse)
- 52\_\_\_ RESPONSABLE (sur qui l'on peut compter)
- 53\_\_\_ CURIEUX (intéressé en toutes choses, explorateur)
- 54\_\_\_ CLÉMENT (désireux de pardonner aux autres)
- 55\_\_\_ ORIENTÉ VERS LE SUCCÈS (objectif : réussir)
- 56\_\_\_ PROPRE (net, soigné)
- 57\_\_\_ ÊTRE BON AVEC SOI-MÊME (faire des choses agréables)

## SECTION 2 : INTÉRÊTS EN LOISIR

Pour répondre à cette section du questionnaire, tu dois lire la courte définition qui se rapporte à chaque catégorie d'intérêt en loisir et encercler, sur l'échelle graduée de 0 à 6, jusqu'à quel point cette catégorie t'intéresse.

Il ne s'agit pas d'inscrire ton degré de participation à ces catégories, mais bien ton **degré d'intérêt** pour chacune d'elle. Il est à noter que les exemples à la suite des courtes définitions sont inclus à titre indicatif, c'est-à-dire qu'ils servent à te situer par rapport aux types d'activités compris dans chaque catégorie.

Échelle d'évaluation :

0	1	2	3	4	5	6
Aucun intérêt			Intérêt modéré		Intérêt très fort	

**2.1. Activités artistiques :** Cette catégorie regroupe toutes les activités qui se rapportent à la création artistique. Par exemple : l'artisanat, la danse et la musique.

0      1      2      3      4      5      6

**2.2. Activités culturelles :** On retrouve dans cette catégorie toutes les activités qui se rapportent à la consommation culturelle . Par exemple : assister à des spectacles, aller au cinéma et visiter un musée.

0      1      2      3      4      5      6

**2.3. Relations sociales :** Cette catégorie regroupe toutes les activités que l'on réalise en compagnie de ses amis ou de sa famille. Par exemple : manger au restaurant, assister à des rencontres familiales et communiquer par Internet (« chat »).

0      1      2      3      4      5      6

**2.4. Lecture :** Cette catégorie inclut toutes les activités qui se rapportent à la lecture. Par exemple : lire une revue, lire un livre et lire un journal.

0      1      2      3      4      5      6

0	1	2	3	4	5	6
Aucun intérêt			Intérêt modéré			Intérêt très fort

**2.5. Activités de collection :** On retrouve dans cette catégorie toutes les activités où l'on amasse des objets quelconques dans le but d'en faire une collection. Par exemple : collections de timbres, d'insectes, de monnaie, etc.

0      1      2      3      4      5      6

**2.6. Activités éducationnelles et scientifiques :** Cette catégorie englobe les activités qui permettent l'acquisition de connaissances. Par exemple : les cours de perfectionnement, les loisirs scientifiques, assister à des colloques ou conférences, etc.

0      1      2      3      4      5      6

**2.7. Sports extrêmes :** On retrouve dans cette catégorie les activités sportives qui comportent un niveau de risque élevé. Par exemple : l'escalade, le parachutisme et le rafting.

0      1      2      3      4      5      6

**2.8. Activités de plein-air :** Les activités comprises dans cette catégorie sont celles qui se pratiquent (seul ou en groupe) en plein-air et qui permettent un rapprochement de la nature. Par exemple : la randonnée pédestre, le camping et le canot.

0      1      2      3      4      5      6

**2.9. Animaux :** Cette catégorie regroupe toutes les activités qui se réalisent grâce ou avec des animaux. Par exemple : les sports équestres, l'observation d'oiseaux et promener son animal domestique.

0      1      2      3      4      5      6

**2.10. Sports de groupe :** Que ce soit au niveau amateur ou compétitif, cette catégorie englobe les sports qui se pratiquent en groupe ou en équipe. Par exemple : le volley-ball, le hockey et le basket-ball.

0      1      2      3      4      5      6

0	1	2	3	4	5	6
Aucun intérêt			Intérêt modéré			Intérêt très fort

- 2.11. Bénévolat :** Cette catégorie regroupe les activités où l'on donne de son temps dans le but de rendre service et de venir en aide aux autres. Par exemple : distribuer de la nourriture dans une « popotte-roulante », visiter des gens dans un foyer et œuvrer au sein d'un organisme communautaire.

0      1      2      3      4      5      6

- 2.12. Jeux :** On retrouve dans cette catégorie les activités de loisir qui permettent un divertissement individuel ou en groupe sous forme de jeux. Par exemple : les jeux de société, les jeux de cartes et les jeux vidéo.

0      1      2      3      4      5      6

- 2.13. Activités spirituelles :** On retrouve dans cette catégorie les activités qui permettent un rapprochement de l'individu avec lui-même. Par exemple : faire du taï-chi, méditer et faire du yoga.

0      1      2      3      4      5      6

- 2.14. Activités manuelles :** On retrouve dans cette catégorie les activités qui impliquent une manipulation d'objets quelconques, individuellement ou en groupe. Par exemple : le bricolage, le jardinage et la couture.

0      1      2      3      4      5      6

- 2.15. Sports individuels :** Que ce soit au niveau amateur ou compétitif, cette catégorie englobe les sports que tu aimes pratiquer individuellement. Par exemple : la course à pied, le ski et la natation.

0      1      2      3      4      5      6

- 2.16. Télévision :** Cette catégorie comprend toutes les activités relatives à l'utilisation de la télévision. Par exemple : regarder une émission, visionner une cassette-vidéo et visionner un DVD.

0      1      2      3      4      5      6



0	1	2	3	4	5	6
Aucun intérêt			Intérêt modéré		Intérêt très fort	

**2.17. Voyages :** Cette catégorie regroupe les activités qui nécessitent un déplacement de la part de l'individu et qui provoquent un certain dépaysement. Par exemple : visiter un autre pays ou région, découvrir de nouveaux endroits et/ou cultures.

0      1      2      3      4      5      6

**2.18. Activités religieuses :** On retrouve dans cette catégorie toute les activités qui permettent un rapprochement avec une entité « inhumaine » (Dieu, Allah, Bouddha, ...). Par exemple : participer à des activités de pastorale, assister à des offices religieux et prier.

0      1      2      3      4      5      6

### Section 3 : Motivation dans les loisirs

Les catégories de loisir de la section précédente te seront à nouveau présentées. Pour chaque catégorie, nous allons te demander : « *En général, pourquoi pratiques-tu des activités de loisir reliées à cette catégorie?* ». Pour chaque catégorie, 7 réponses, toujours les mêmes, te seront proposées.

Ensuite, tu dois inscrire, sur une échelle de 1 à 7, jusqu'à quel point tu es en accord avec chaque choix de réponse.

Échelle d'évaluation :

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Tout à fait		

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Tout à fait		

**3.1. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie artistique?**

(Cette catégorie regroupe toutes les activités qui se rapportent à la création artistique. Par exemple : l'artisanat, la danse et la musique.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Tout à fait		

**3.2. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie culturelle?**

(Cette catégorie regroupe toutes les activités qui se rapportent à la consommation culturelle. Par exemple : assister à des spectacles, aller au cinéma et visiter un musée.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Tout à fait		

### 3.3. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie relations sociales?

(Cette catégorie regroupe toutes les activités que l'on réalise en compagnie de ses amis ou de sa famille. Par exemple : manger au restaurant, assister à des rencontres familiales et communiquer par Internet (« chat »).

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout		Un peu	Moyennement		Beaucoup	Tout à fait

**3.4. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie lecture?**

(Cette catégorie inclut toutes les activités qui se rapportent à la lecture. Par exemple : lire une revue, lire un livre et lire un journal.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Tout à fait		

**3.5. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie collection?**

(Cette catégorie regroupe toutes les activités où l'on amasse des objets quelconques dans le but d'en faire une collection. Par exemple : collections de timbres, d'insectes, de monnaie, etc.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Tout à fait		

**3.6. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie éducationnelle et scientifique?**

(Cette catégorie englobe les activités qui permettent l'acquisition de connaissances. Par exemple : les cours de perfectionnement, les loisirs scientifiques, assister à des colloques ou conférences, etc.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Tout à fait		

**3.7. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie sports extrêmes?**

(On retrouve dans cette catégorie les activités sportives qui comportent un niveau de risque élevé. Par exemple : l'escalade, le parachutisme et le rafting.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7



1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Tout à fait		

### 3.8. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie plein-air?

(Les activités comprises dans cette catégorie sont celles qui se pratiquent (seul ou en groupe) en plein-air et qui permettent un rapprochement de la nature. Par exemple : la randonnée pédestre, le camping et le canot.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Tout à fait		

**3.9. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie animaux?**

(Cette catégorie regroupe toutes les activités qui se réalisent grâce ou avec des animaux. Par exemple : les sports équestres, l'observation d'oiseaux et promener son animal domestique.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Tout à fait		

**3.10. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie sports de groupe?**

(Que ce soit au niveau amateur ou compétitif, cette catégorie englobe les sports qui se pratiquent en groupe ou en équipe. Par exemple : le volley-ball, le hockey et le basket-ball.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Tout à fait		

**3.11. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie bénévolat?**

(Cette catégorie regroupe les activités où l'on donne de son temps dans le but de rendre service et de venir en aide aux autres. Par exemple : distribuer de la nourriture dans une « popotte-roulante », visiter des gens dans un foyer et œuvrer au sein d'un organisme communautaire.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout		Un peu	Moyennement		Beaucoup	Tout à fait

**3.12. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie jeux?**

(On retrouve dans cette catégorie les activités de loisir qui permettent un divertissement individuel ou en groupe sous forme de jeux. Par exemple : les jeux de société, les jeux de cartes et les jeux vidéo.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout		Un peu	Moyennement		Beaucoup	Tout à fait

**3.13. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie spirituelle?**

(On retrouve dans cette catégorie les activités qui permettent un rapprochement de l'individu avec lui-même. Par exemple : faire du tai-chi, méditer et faire du yoga.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Tout à fait		

**3.14. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie manuelle?**

(On retrouve dans cette catégorie les activités qui impliquent une manipulation d'objets quelconques, individuellement ou en groupe. Par exemple : le bricolage, le jardinage et la couture.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Tout à fait		

**3.15. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie sports individuels?**

(Que ce soit au niveau amateur ou compétitif, cette catégorie englobe les sports que tu aimes pratiquer individuellement. Par exemple : la course à pied, le ski et la natation.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7



1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout		Un peu	Moyennement		Beaucoup	Tout à fait

**3.16. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie télévision?**

(Cette catégorie comprend toutes les activités relatives à l'utilisation de la télévision. Par exemple : regarder une émission, visionner une cassette-vidéo et visionner un DVD.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout	Un peu	Moyennement	Beaucoup	Tout à fait		

**3.17. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie voyages?**

(Cette catégorie regroupe les activités qui nécessitent un déplacement de la part de l'individu et qui provoquent un certain dépaysement. Par exemple : visiter un autre pays ou région, découvrir de nouveaux endroits et/ou cultures.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

1	2	3	4	5	6	7
Pas du tout		Un peu	Moyennement		Beaucoup	Tout à fait

**3.18. En général, pourquoi pratiques-tu des activités reliées à la catégorie religieuse?**

(On retrouve dans cette catégorie toute les activités qui permettent un rapprochement avec une entité « inhumaine » (Dieu, Allah, Bouddha, ...). Par exemple : participer à des activités de pastorale, assister à des offices religieux et prier.)

1. Honnêtement, je ne le sais pas; j'ai l'impression de perdre mon temps en pratiquant ce type d'activité. 1 2 3 4 5 6 7
2. Pour montrer aux autres que je suis une personne dynamique. 1 2 3 4 5 6 7
3. Parce qu'il faut absolument que je me sente occupé-e. 1 2 3 4 5 6 7
4. Parce que selon moi, c'est une bonne façon de développer des habiletés sociales, physiques ou intellectuelles qui me serviront plus tard. 1 2 3 4 5 6 7
5. Parce que ce type d'activité me permet de « tripper » énormément. 1 2 3 4 5 6 7
6. Pour le plaisir de me surpasser pendant que je fais ce type d'activité qui représente un défi pour moi. 1 2 3 4 5 6 7
7. Parce que j'éprouve du plaisir et de la satisfaction à apprendre de nouvelles choses. 1 2 3 4 5 6 7

#### Section 4 : LES CONTRAINTES EN LOISIR

Dans cette section du questionnaire, nous voulons connaître les contraintes qui nuisent à ta participation aux loisirs. Il s'agit des obstacles, des barrières qui t'empêchent de participer à une activité que tu aimerais, ou encore, qui restreignent ta participation, t'empêchent de participer autant que tu le veux.

Les catégories de loisir te seront présentées une dernière fois. Pour chaque catégorie, nous allons te demander : « *En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à cette catégorie?* ». Pour chaque catégorie, 4 choix de réponses, toujours les mêmes, te seront proposés. Il est à noter que les exemples qui suivent la courte définition de chaque catégorie de contraintes sont inclus à titre indicatif, c'est-à-dire qu'ils servent à te situer par rapport aux types de contraintes compris dans chaque catégorie.

Voici les quatre choix de réponses :

1. Les contraintes intrapersonnelles : ce sont les obstacles qui touchent l'état psychologique d'un individu et ses caractéristiques. Par exemple : les problèmes de santé, le manque d'énergie et la fatigue.
2. Les contraintes interpersonnelles : ce sont obstacles qui proviennent des relations sociales. Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.
3. Les contraintes indirectes : ce sont les obstacles qui sont dus à des éléments qui touchent l'individu indirectement. Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.
4. Les contraintes structurales : ce sont les obstacles qui sont dus à des éléments extérieurs à la personne. Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).

Il s'agit pour toi d'évaluer des raisons qui pourraient être, à divers degrés, la cause de ton manque de participation à des activités de loisir appartenant aux catégories d'intérêts en loisir mentionnées précédemment. Tu indiques jusqu'à quel point chaque type de contrainte (intrapersonnelle, interpersonnelle, indirecte et structurale) **empêche ou limite ta participation** à chaque type d'activité en encerclant le chiffre qui correspond à ton évaluation du degré de contrainte en utilisant l'échelle suivante :

Échelle d'évaluation :

0	1	2	3	4
N'est pas du tout		Est moyennement		Est tout à fait

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

N'est pas du tout  
une contrainte
Est moyennement  
une contrainte
Est tout à fait  
une contrainte

**4.1. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie artistique?**

(Cette catégorie regroupe toutes les activités qui se rapportent à la création artistique. Par exemple : l'artisanat, la danse et la musique.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).)

0      1      2      3      4

0	1	2	3	4
N'est pas du tout une contrainte		Est moyennement une contrainte	Est tout à fait une contrainte	

**4.2. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie culturelle?**

(On retrouve dans cette catégorie toutes les activités qui se rapportent à la consommation culturelle . Par exemple : assister à des spectacles, aller au cinéma et visiter un musée.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).)

0      1      2      3      4

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

N'est pas du tout une contrainte	Est moyennement une contrainte	Est tout à fait une contrainte
-------------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------

**4.3. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie relations sociales?**

(Cette catégorie regroupe toutes les activités que l'on réalise en compagnie de ses amis ou de sa famille. Par exemple : manger au restaurant, assister à des rencontres familiales et communiquer par Internet (« chat »).

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).

0      1      2      3      4

0	1	2	3	4
N'est pas du tout une contrainte		Est moyennement une contrainte	Est tout à fait une contrainte	

**4.4. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie lecture?**

(Cette catégorie inclut toutes les activités qui se rapportent à la lecture. Par exemple : lire une revue, lire un livre et lire un journal.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).)

0      1      2      3      4



0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

N'est pas du tout une contrainte	Est moyennement une contrainte	Est tout à fait une contrainte
-------------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------

**4.5. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie collection?**

(On retrouve dans cette catégorie toutes les activités où l'on amasse des objets quelconques dans le but d'en faire une collection. Par exemple, collections de timbres, d'insectes, de monnaie, etc.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).

0      1      2      3      4

0	1	2	3	4
N'est pas du tout une contrainte		Est moyennement une contrainte		Est tout à fait une contrainte

**4.6. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie éducationnelle et scientifique?**

(Cette catégorie englobe les activités qui permettent l'acquisition de connaissances. Par exemple les cours de perfectionnement, les loisirs scientifiques, assister à des colloques ou conférences, etc.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).

0      1      2      3      4

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

N'est pas du tout une contrainte	Est moyennement une contrainte	Est tout à fait une contrainte
-------------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------

**4.7. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie sports extrêmes?**

(On retrouve dans cette catégorie les activités sportives qui comportent un niveau de risque élevé. Par exemple : l'escalade, le parachutisme et le rafting.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).)

0      1      2      3      4

0	1	2	3	4
N'est pas du tout une contrainte		Est moyennement une contrainte		Est tout à fait une contrainte

**4.8. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie plein-air?**

(Les activités comprises dans cette catégorie sont celles qui se pratiquent (seul ou en groupe) en plein-air et qui permettent un rapprochement de la nature. Par exemple : la randonnée pédestre, le camping et le canot.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).)

0      1      2      3      4

0	1	2	3	4
N'est pas du tout une contrainte		Est moyennement une contrainte		Est tout à fait une contrainte

**4.9. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie animaux?**

(Cette catégorie regroupe toutes les activités qui se réalisent grâce ou avec des animaux. Par exemple : les sports équestres, l'observation d'oiseaux et promener son animal domestique.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).)

0      1      2      3      4

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

N'est pas du tout une contrainte	Est moyennement une contrainte	Est tout à fait une contrainte
-------------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------

**4.10. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie sports de groupe?**

Que ce soit au niveau amateur ou compétitif, cette catégorie englobe les sports qui se pratiquent en groupe ou en équipe. Par exemple : le volley-ball, le hockey et le basket-ball.

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).

0      1      2      3      4

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

N'est pas du tout une contrainte	Est moyennement une contrainte	Est tout à fait une contrainte
-------------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------

**4.11. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie bénévolat?**

(Cette catégorie regroupe les activités où l'on donne de son temps dans le but de rendre service et de venir en aide aux autres. Par exemple : distribuer de la nourriture dans une « popotte-roulante », visiter des gens dans un foyer et œuvrer au sein d'un organisme communautaire.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).)

0      1      2      3      4

0	1	2	3	4
N'est pas du tout une contrainte		Est moyennement une contrainte	Est tout à fait une contrainte	

**4.12. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie jeux?**

(On retrouve dans cette catégorie les activités de loisir qui permettent un divertissement individuel ou en groupe sous forme de jeux. Par exemple : les jeux de société, les jeux de cartes et les jeux vidéo.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).)

0      1      2      3      4



0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

N'est pas du tout une contrainte	Est moyennement une contrainte	Est tout à fait une contrainte
-------------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------

**4.13. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie spirituelle?**

(On retrouve dans cette catégorie les activités qui permettent un rapprochement de l'individu avec lui-même. Par exemple : faire du taï-chi, méditer et faire du yoga.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).)

0      1      2      3      4

0	1	2	3	4
N'est pas du tout une contrainte		Est moyennement une contrainte	Est tout à fait une contrainte	

**4.14. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie manuelle?**

(On retrouve dans cette catégorie les activités qui impliquent une manipulation d'objets quelconques, individuellement ou en groupe. Par exemple : le bricolage, le jardinage et la couture.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).)

0      1      2      3      4

0	1	2	3	4
N'est pas du tout une contrainte		Est moyennement une contrainte	Est tout à fait une contrainte	

**4.15. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie sports individuels?**

(Que ce soit au niveau amateur ou compétitif, cette catégorie englobe les sports que tu aimes pratiquer individuellement. Par exemple : la course à pied, le ski et la natation.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).)

0      1      2      3      4

0	1	2	3	4
N'est pas du tout une contrainte		Est moyennement une contrainte	Est tout à fait une contrainte	

**4.16. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie télévision?**

(Cette catégorie comprend toutes les activités relatives à l'utilisation de la télévision. Par exemple : regarder une émission, visionner une cassette-vidéo et visionner un DVD.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).)

0      1      2      3      4

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

N'est pas du tout une contrainte	Est moyennement une contrainte	Est tout à fait une contrainte
-------------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------

**4.17. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie voyages ?**

(Cette catégorie regroupe les activités qui nécessitent un déplacement de la part de l'individu et qui provoquent un certain dépaysement. Par exemple : visiter un autre pays ou région, découvrir de nouveaux endroits et/ou cultures.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).)

0      1      2      3      4

0	1	2	3	4
---	---	---	---	---

N'est pas du tout une contrainte	Est moyennement une contrainte	Est tout à fait une contrainte
-------------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------

**4.18. En général, qu'est-ce qui restreint ta participation ou t'empêche de pratiquer des activités de loisir reliées à la catégorie religieuse ?**

(On retrouve dans cette catégorie toute les activités qui permettent un rapprochement avec une entité « inhumaine » (Dieu, Allah, Bouddha, ...). Par exemple : participer à des activités de pastorale, assister à des offices religieux et prier.)

**Contraintes intrapersonnelles** (Par exemple : le manque de connaissances, le manque d'habiletés et le manque d'énergie.)

0      1      2      3      4

**Contraintes interpersonnelles** (Par exemple : les obligations familiales et domestiques, la manque de partenaires et l'incompatibilité des horaires avec les gens avec qui je pourrais pratiquer cette activité.)

0      1      2      3      4

**Contraintes indirectes** (Par exemple : le manque d'argent, le manque de temps et le manque d'équipement.)

0      1      2      3      4

**Contraintes structurales** (Par exemple : le manque d'installations pour pratiquer ce loisir, l'insuffisance et l'inadéquation de l'offre de services et l'endroit où sont situées les installations (trop loin).)

0      1      2      3      4

**SECTION 5 : Données socio-démographiques**

5.1. Âge : \_\_\_\_\_

5.2. Sexe : ☐ Féminin  
☐ Masculin

5.3. Nationalité : \_\_\_\_\_

5.4. Domaine d'études : \_\_\_\_\_

5.5. Niveau d'études : ☐ Certificat  
☐ Baccalauréat  
☐ Maîtrise  
☐ Diplôme d'études spécialisées

5.6. Établissement d'enseignement présentement fréquenté :

\_\_\_\_\_

-----

**MERCI BEAUCOUP DE TA PRÉCIEUSE COLLABORATION!**

### Annexe B

Matrices de corrélations des contraintes en loisir pour les intérêts de loisir  
(sauf activités artistiques)



### Activités culturelles

	CACULT	CECULT	CICULT	CSCULT
CACULT	-			
CECULT	,20**	-		
CICULT	,08	,28**	-	
CSCULT	,00	,19**	,15*	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note: CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CULT= activités culturelles ; CS= contraintes structurales.

### Relation sociales

	CASOCIAL	CESOCIAL	CISOCIAL	CSSOCIAL
CASOCIAL	-			
CESOCIAL	,18	-		
CISOCIAL	,05	,35**	-	
CSSOCIAL	,17*	,13	,18*	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note: CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CS= contraintes structurales ; SOCIAL= relations sociales.

## Lecture

	CALECTURE	CELECTURE	CILECTURE	CSLECTURE
CALECTURE	-			
CELECTURE	,02	-		
CILECTURE	,09	,16*	-	
CSLECTURE	,23**	,33**	,16*	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CS= contraintes structurales.

## Collection

	CACOLLEC	CECOLLEC	CICOLLEC	CSCOLLEC
CACOLLEC	-			
CECOLLEC	,42**	-		
CICOLLEC	,43**	,42**	-	
CSCOLLEC	,46**	,65**	,51**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; COLLEC= collection ; CS= contraintes structurales.

### Activités éducationnelles et scientifiques

	CAEDUC	CEEDUC	CIEDUC	CSEDUC
CAEDUC	-			
CEEDUC	,25**	-		
CIEDUC	,21**	,43**	-	
CSEDUC	,22**	,41**	,44**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

Note : CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CS= contraintes structurales ; EDUC= activités éducationnelles et scientifiques.

### Sports extrêmes

	CAEXTREM	CEEXTREM	CIEXTREM	CSEXTREM
CAEXTREM	-			
CEEXTREM	,38**	-		
CIEXTREM	,25**	,55**	-	
CSEXTREM	,25**	,51**	,61**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

Note : CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CS= contraintes structurales ; EXTREM= sports extrêmes.

## Plein-air

	CAPLEIN	CEPLEIN	CIPLEIN	CSPLEIN
CAPLEIN	-			
CEPLEIN	,17*	-		
CIPLEIN	,17*	,55**	-	
CSPLEIN	,11	,35**	,39**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CS= contraintes structurales ; PLEIN= plein air.

## Animaux

	CAANIMAUX	CEANIMAUX	CIANIMAUX	CSANIMAUX
CAANIMAUX	-			
CEANIMAUX	,32**	-		
CIANIMAUX	,32**	,44**	-	
CSANIMAUX	,32**	,40**	,39**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CS= contraintes structurales.

## Sports de groupe

	CAGROUPE	CEGROUPE	CIGROUPE	CSGROUPE
CAGROUPE	-			
CEGROUPE	,25**	-		
CIGROUPE	,22**	,52**	-	
CSGROUPE	,05	,41**	,44**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

Note : CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CS= contraintes structurales ; GROUPE= sports de groupe.

## Bénévolat

	CABENEVO	CEBENEVO	CIBENEVO	CSBENEVO
CABENEVO	-			
CEBENEVO	,23**	-		
CIBENEVO	,17**	,27**	-	
CSBENEVO	,18*	,25**	,22**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : BENEVO= bénévolat ; CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CS= contraintes structurales.

## Jeux

	CAJEUX	CEJEUX	CIJEUX	CSJEUX
CAJEUX	-			
CEJEUX	,19**	-		
CIJEUX	,33**	,34**	-	
CSJEUX	,22**	,25**	,34**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CS= contraintes structurales.

## Activités spirituelles

	CASPIRIT	CESPIRIT	CISPIRIT	CSSPIRIT
CASPIRIT	-			
CESPIRIT	,44**	-		
CISPIRIT	,37**	,60**	-	
CSSPIRIT	,34**	,57**	,58**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

Note : CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CS= contraintes structurales ; SPIRIT= activités spirituelles.

## Activités manuelles

	CAMANUEL	CEMANUEL	CIMANUEL	CSMANUEL
CAMANUEL	-			
CEMANUEL	,33**	-		
CIMANUEL	,36**	,44**	-	
CSMANUEL	,28**	,50**	,40**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

Note : CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CS= contraintes structurales ; MANUEL= activités manuelles.

## Sports individuels

	CAINDIVI	CEINDIVI	CIINDIVI	CSINDIVI
CAINDIVI	-			
CEINDIVI	,34**	-		
CIINDIVI	,24**	,44**	-	
CSINDIVI	,12	,31**	,35**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

Note : CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CS= contraintes structurales ; INDIVI= sports individuels.

## Télévision

	CATELE	CETELE	CITELE	CSTELE
CATELE	-			
CETELE	,26**	-		
CITELE	,14	,34**	-	
CSTELE	,45**	,44**	,16*	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CS= contraintes structurales ; TELE= télévision.

## Voyages

	CAVOYAGE	CEVOYAGE	CIVOYAGE	CSVOYAGE
CAVOYAGE	-			
CEVOYAGE	,25**	-		
CIVOYAGE	,09	,38**	-	
CSVOYAGE	,28**	,22**	,14	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

Note : CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CS= contraintes structurales ; VOYAGE= voyages.



Activités religieuses

	CAREL	CEREL	CIREL	CSREL
CAREL	-			
CEREL	,54**	-		
CIREL	,46**	,69**	-	
CSREL	,39**	,64**	,64**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

Note : CA= contraintes intrapersonnelles; CE= contraintes interpersonnelles; CI= contraintes indirectes; CS= contraintes structurales ; REL= activités religieuses.

### Annexe C

Matrices de corrélations de la motivation pour les intérêts de loisir  
(sauf activités artistiques)

## Activités culturelles

	AMCULT	RE CULT	RI CULT	RID CULT	MIS CULT	MIACULT	MIC CULT
AMCULT	-						
RE CULT	,16*	-					
RI CULT	,05	,44**	-				
RID CULT	-,15*	,29**	,16*	-			
MIS CULT	-,40**	,14*	,20**	,28**	-		
MIACULT	-,06	,32**	,26**	,46**	,31**	-	
MIC CULT	-,29**	,14*	,08	,41**	,45**	,40**	-

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; CULT= activités culturelles; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Relations sociales

	AMSOC	RESOC	RISOC	RIDSOC	MISSOC	MIASOC	MICSOC
AMSOCI	-						
RESOCI	-,01	-					
RISOCI	,00	,50**	-				
RIDSOC	-,19**	,27**	,22**	-			
MISSOC	-,46**	,19**	,18**	,37**	-		
MIASOC	-,06	,28**	,30**	,36**	,30**	-	
MICSOC	-,21**	,16*	,17*	,34**	,35**	,39**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale)

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale)

Note : AM= amotivation; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée; SOC= relations sociales.

## Lecture

	AMLEC	RELEC	RILEC	RIDLEC	MISLEC	MIALEC	MICLEC
AMLEC	-						
RELEC	,09	-					
RILEC	,12	,28**	-				
RIDLEC	-,29**	,10	,14*	-			
MISLEC	-,46**	-,03	,06	,49**	-		
MIALEC	-,03	,16*	,05	,30**	,29**	-	
MICLEC	-,46**	-,01	,03	,50**	,57**	,21**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; LEC= lecture; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Collection

	AMCOL	RECOL	RICOL	RIDCOL	MISCOL	MIACOL	MICCOL
AMCOL	-						
RECOL	-,05	-					
RICOL	,01	,24**	-				
RIDCOL	-,18*	,13	,17*	-			
MISCOL	-,33**	,33**	,31**	,57**	-		
MIACOL	-,19**	,39**	,27**	,63**	,69**	-	
MICCOL	-,30**	,26**	,31**	,52**	,65**	,59**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; COL= collection; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

# Activités éducationnelles et scientifiques

	AMEDU	REEDU	RIEDU	RIDEDU	MISEDU	MIAEDU	MICEDU
AMEDU	-						
REEDU	-,03	-					
RIEDU	,02	,50**	-				
RIDEDU	-,48**	,26**	,21**	-			
MISEDU	-,52**	,28**	,25**	,55**	-		
MIAEDU	-,44**	,27**	,23**	,52**	,56**	-	
MICEDU	-,59**	,17*	,14	,70**	,59**	,56**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; EDU= activités éducationnelles et scientifiques; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée .

## Sports extrêmes

	AMEXT	REEXT	RIEXT	RIDEXT	MISEXT	MIAEXT	MICEXT
AMEXT	-						
REEXT	-,12	-					
RIEXT	-,08	,55**	-				
RIDEXT	-,32**	,37**	,36**	-			
MISEXT	-,47**	,40**	,39**	,58**	-		
MIAEXT	-,48**	,46**	,33**	,56**	,86**	-	
MICEXT	-,40**	,35**	,32**	,63**	,64**	,70**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; EXT= sports extrêmes; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.



Plein-air

	AMPLE	REPLE	RIPLE	RIDPLE	MISPLE	MIAPLE	MICPLE
AMPLE	-						
REPLE	,04	-					
RIPLE	,01	,63**	-				
RIDPLE	-,29**	,31**	,27**	-			
MISPLE	-,57**	,16*	,17*	,51**	-		
MIAPLE	-,34**	,32**	,28**	,57**	,66**	-	
MICPLE	-,33**	,24**	,24**	,56**	,54**	,61**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; PLE= activités de plein-air; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Animaux

	AMANI	REANI	RIANI	RIDANI	MISAN	MIAANI	MICANI
AMANI	-						
REANI	,05	-					
RIANI	,04	,32**	-				
RIDANI	-,27**	,24**	,11	-			
MISANI	-,46**	,17*	,14*	,49**	-		
MIAANI	-,28**	,30**	,15*	,56**	,48**	-	
MICANI	-,35**	,22**	,15	,67**	,59**	,58**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; ANI= animaux; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

# Sports de groupe

	AMGRO	REGRO	RIGRO	RIDGRO	MISGRO	MIAGRO	MICGRO
AMGRO	-						
REGRO	-,03	-					
RIGRO	-,10	,54**	-				
RIDGRO	-,40**	,36**	,30**	-			
MISGRO	-,59**	,25**	,30**	,75**	-		
MIAGRO	-,38**	,31**	,29**	,70**	,78**	-	
MICGRO	-,39**	,23**	,27**	,66**	,68**	,65**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; GRO= sports de groupe; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Bénévolat

	AMBEN	REBEN	RIBEN	RIDBEN	MISBEN	MIABEN	MICBEN
AMBEN	-						
REBEN	,11	-					
RIBEN	,02	,49**	-				
RIDBEN	-,27**	,36**	,27**	-			
MISBEN	-,40**	,14	,21**	,66**	-		
MIABEN	-,27**	,33**	,24**	,67**	,62**	-	
MICBEN	-,38**	,27**	,27**	,70**	,61**	,68**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; BEN= bénévolat; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

Jeux

	AMJEU	REJEU	RIJEU	RIDJEU	MISJEU	MIAJEU	MICJEU
AMJEU	-						
REJEU	,13	-					
RIJEU	,05	,29**	-				
RIDJEU	-,16**	,33**	,16**	-			
MISJEU	-,36**	,19**	,31**	,50**	-		
MIAJEU	-,21**	,29**	,27**	,55**	,64**	-	
MICJEU	-,24**	,24**	,21**	,59**	,54**	,61**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; JEU= jeux; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Activités spirituelles

	AMSPI	RESPI	RISPI	RIDSPI	MISSPI	MIASPI	MICSPI
AMSPI	-						
RESPI	,07	-					
RISPI	,06	,56**	-				
RIDSPI	-,43**	,18*	,24**	-			
MISSPI	-,48**	,10	,20**	,71**	-		
MIASPI	-,40**	,20**	,20**	,68**	,74**	-	
MICSPI	-,43**	,14	,20**	,65**	,75**	,71**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée; SPI= activités spirituelles.

## Activités manuelles

---

	AMMAN	REMAN	RIMAN	RIDMAN	MISMAN	MIAMAN	MICMAN
AMMAN	-						
REMAN	,06	-					
RIMAN	-,06	,50**	-				
RIDMAN	-,38**	,30**	,27**	-			
MISMAN	-,51**	,18**	,15**	,63**	-		
MIAMAN	-,40**	,28**	,31**	,70**	,72**	-	
MICMAN	-,45**	,20**	,23**	,65**	,75**	,75**	-

---

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; MAN= activités manuelles; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

# Sports individuels

	AMIND	REIND	RIIND	RIDIN	MISIND	MIAIND	MICIND
AMIND	-						
REIND	,04	-					
RIIND	-,01	,69**	-				
RIDIND	-,25**	,25**	,19**	-			
MISIND	-,43**	,26**	,25**	,60**	-		
MIAIND	-,45**	,20**	,26**	,56**	,70**	-	
MICIND	-,30**	,24**	,23**	,58**	,68**	,54**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; IND= sports individuels; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.



## Télévision

	AMTEL	RETEL	RITEL	RIDTEL	MISTEL	MIATEL	MICTEL
AMTEL	-						
RETEL	-,10	-					
RITEL	,19**	,26**	-				
RIDTEL	-,08	,31**	,13	-			
MISTEL	-,38**	,16*	,12	,31**	-		
MIATEL	-,23**	,53**	,07	,43**	,35**	-	
MICTEL	-,21**	,14*	,19**	,50**	,41**	,31**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée; TEL= télévision.

## Voyages

	AMVOY	REVOY	RIVOY	RIDVOY	MISVOY	MIAVOY	MICVOY
AMVOY	-						
REVOY	,01	-					
RIVOY	,15**	,60**	-				
RIDVOY	-,29**	,28**	,18*	-			
MISVOY	-,45**	,13	,05	,56**	-		
MIAVOY	-,27**	,30**	,20**	,70**	,54**	-	
MICVOY	-,39**	,17*	,09	,59**	,64**	,60**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

\* La corrélation est significative à 0,05 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée; VOY= voyages.

## Activités religieuses

	AMREL	RERELI	RIRELI	RIDREL	MISREL	MIAREL	MICREL
AMREL	-						
REREL	,04	-					
RIRELI	,05	,58**	-				
RIDREL	-,22**	,25**	,32**	-			
MISREL	-,37**	,22**	,29**	,59**	-		
MIAREL	-,26**	,38**	,38**	,67**	,67**	-	
MICREL	-,31**	,23**	,22**	,80**	,68**	,65**	-

\*\* La corrélation est significative à 0,01 (bilatérale).

Note : AM= amotivation; MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; REL= activités religieuses; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

#### Annexe D

Analyses factorielles de la motivation pour les intérêts de loisir  
(sauf activités artistiques)

## Activités culturelles

<b>Motivation / facteurs</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
MIC	0,76	
MIS	0,75	
Amotivation	-0,71	0,37
RID	0,54	0,44
RE		0,82
RI		0,71
MIA	0,48	0,57
Valeur de Eigen	2,54	1,49
Proportion de la variance expliquée	36,24	21,24
$\alpha$	0,65	0,59

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Relations sociales

<b>Motivation / facteurs</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
MIS	0,79	-
Amotivation	-0,75	-
MIC	0,61	-
RID	0,55	0,41
RI	-	0,80
RE	-	0,78
MIA	0,38	0,57
Valeur de Eigen	2,57	1,35
Proportion de la variance expliquée	36,65	19,23
$\alpha$	0,63	0,63

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Lecture

<b>Motivation / facteurs</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
MIS	0,83	-
MIC	0,83	-
RID	0,72	-
Amotivation	-0,69	-
RE	-	0,77
RI	-	0,72
MIA	0,38	0,42
Valeur de Eigen	2,53	1,43
Proportion de la variance expliquée	36,16	20,37
$\alpha$	0,77	0,24

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Collection

<b>Motivation / facteurs</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
MIS	0,83	-
MIC	0,79	-
MIA	-,76	0,39
RID	0,75	-
Amotivation	-0,61	0,44
RI	-	0,71
RE	-	0,66
Valeur de Eigen	3,24	1,09
Proportion de la variance expliquée	46,35	15,63
$\alpha$	0,73	0,36

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.



## Activités éducationnelles et scientifiques

<b>Motivation / facteurs</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
MIC	0,87	-
Amotivation	-0,80	-
RID	-0,79	-
MIS	0,77	-
MLA	0,73	-
RI	-	0,86
RE	-	0,84
Valeur de Eigen	3,39	1,41
Proportion de la variance expliquée	48,37	20,18
$\alpha$	0,86	0,66

Note : MLA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Sports extrêmes

<b>Motivation / facteurs</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
MIA	0,85	0,32
MIS	0,83	0,33
MIC	0,78	-
Amotivation	-0,76	-
RID	0,65	0,39
RI	-	0,85
RE	-	0,82
Valeur de Eigen	3,79	1,17
Proportion de la variance expliquée	54,07	16,74
$\alpha$	0,87	0,70

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

Plein-air

<b>Motivation / facteurs</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
MIS	0,87	-
MIA	0,79	0,30
MIC	0,75	-
Amotivation	-0,72	-
RID	0,69	0,33
RE	-	0,88
RI	-	0,86
Valeur de Eigen	3,27	1,52
Proportion de la variance expliquée	46,78	21,66
$\alpha$	0,83	0,78

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Animaux

<b>Motivation / facteurs</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
MIC	0,84	-
MIS	0,80	-
RID	0,77	-
MIA	0,73	-
Amotivation	-0,64	0,37
RE	-	0,78
RI	-	0,74
Valeur de Eigen	3,06	1,31
Proportion de la variance expliquée	43,72	18,74
$\alpha$	0,81	0,46

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Sports de groupe

<b>Motivation / facteurs</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
MIS	0,91	-
MIA	0,82	-
RID	0,81	0,32
MIC	0,79	-
Amotivation	-0,71	-
RE	-	0,87
RI	-	0,83
Valeur de Eigen	3,72	1,31
Proportion de la variance expliquée	53,16	18,78
$\alpha$	0,88	0,70

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Bénévolat

<b>Motivation / facteurs</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
MIS	0,84	-
MIC	0,84	-
RID	0,80	0,32
MIA	0,79	-
Amotivation	-0,63	0,40
RE	-	0,84
RI	-	0,77
Valeur de Eigen	3,42	1,42
Proportion de la variance expliquée	48,85	20,21
$\alpha$	0,85	0,66

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Jeux

Motivation / facteurs	1	2
MIS	0,83	-
MIA	0,81	-
MIC	0,80	-
RID	0,73	-
RE	-	0,75
Amotivation	-0,54	0,61
RI	-	0,61
Valeur de Eigen	3,09	1,28
Proportion de la variance expliquée	44,07	18,22
$\alpha$	0,84	0,06

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Activités spirituelles

<b>Motivation / facteurs</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
MIS	0,90	-
MIC	0,86	-
MIA	0,85	-
RID	0,83	-
Amotivation	-0,67	-
RE	-	0,87
RI	-	0,86
Valeur de Eigen	3,54	1,54
Proportion de la variance expliquée	50,50	21,94
$\alpha$	0,87	0,67

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.



## Activités manuelles

<b>Motivation / facteurs</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
MIS	0,88	-
MIC	0,87	-
MIA	0,84	-
RID	0,78	-
Amotivation	-0,70	-
RE	-	0,86
RI	-	0,82
Valeur de Eigen	3,61	1,41
Proportion de la variance expliquée	51,54	20,18
$\alpha$	0,88	0,65

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Sports individuels

<b>Motivation / facteurs</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
MIS	0,87	-
MIA	0,83	-
MIC	0,78	-
RID	0,74	-
Amotivation	-0,65	-
RE	-	0,91
RI	-	0,89
Valeur de Eigen	3,32	1,52
Proportion de la variance expliquée	47,35	21,70
$\alpha$	0,84	0,82

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Télévision

Motivation / facteurs	1	2
MIA	0,75	-
RID	0,72	-
MIC	0,69	-
MIS	0,66	-0,34
RE	0,60	0,38
Amotivation	-0,39	0,73
RI	-	0,69
Valeur de Eigen	2,57	1,29
Proportion de la variance expliquée	36,67	18,41
$\alpha$	0,71	-0,46

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Voyages

Motivation / facteurs	1	2
MIS	0,84	-
MIC	0,83	-
RID	0,79	-
MIA	0,78	0,31
Amotivation	-0,63	0,31
RI	-	0,88
RE	-	0,84
Valeur de Eigen	3,18	1,61
Proportion de la variance expliquée	45,38	23,04
$\alpha$	0,83	0,75

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.

## Activités religieuses

<b>Motivation / facteurs</b>	<b>1</b>	<b>2</b>
MIC	0,88	-
MIS	0,83	-
RID	0,82	-
MIA	0,78	0,36
Amotivation	-0,58	0,37
RI	-	0,84
RE	-	0,84
Valeur de Eigen	3,50	1,42
Proportion de la variance expliquée	49,97	20,26
$\alpha$	0,78	0,71

Note : MIA= motivation intrinsèque à l'accomplissement; MIC= motivation intrinsèque à la connaissance; MIS= motivation intrinsèque à la stimulation; RE= régulation externe; RI= régulation introjectée; RID= régulation identifiée.